

sale & pepe

SALEPEPE.IT
SETTEMBRE 2024 - € 4,50

TARTE CON CLAFOUTIS
DI FRUTTA MISTA

pag. 91



Posta italiana spa - Sped. in A.P. - DL 353/03 art. 1,
comma 1, CNP Milano Reserbo - Anno 37 - Mensile
Lussemburgo € 9,90 - Belgio € 9,40 - Corsica, Costa
Azzurra, Principato di Monaco € 8,80 - Svizzera francese
€ 10,20 - Svizzera italiana € 10,00 - Svizzera tedesca
€ 10,20 - Germania € 10,90 - Portogallo € 8,50

stile Italia Edizioni



IN EDICOLA IL 21 AGOSTO 2024

Pasta fresca
con il pesce
Tutto il sapore del
mare per tagliatelle,
tagliolini e ravioli.

Insalate
piatto ricco
Tener foglie verdi
accolgono pane,
formaggio, carne...

Paella come
a Valencia
Un viaggio per carpire
i segreti di un grande
piatto in tre varianti.

Con l'ultima
frutta estiva
Si preparano torte
deliziose e sfiziose
conservate.

D.O.P MONTI IBLEI E I.G.P. SICILIA

Coltiviamo il cambiamento.

La storia del nostro territorio è scritta nelle pieghe degli ulivi, con le radici che affondano nella terra e i rami che guardano al cielo. Da loro nascono prodotti unici, che portano nel futuro il sapore della tradizione.



SICILY EXPERIENCE OLIVOIL

PROGRAMMA DI SVILUPPO RURALE SICILIA 2014-2022 - BANDO Sottomisura 3.2

"Sostegno per attività di informazione e promozione svolte da associazioni di produttori nel mercato interno"



Da sinistra: tortelli ortolani al ragù di cernia (a pagina 71 del servizio Pasta fresca con sughi di mare); un'immagine del servizio Picnic sulla spiaggia (a pag 24); rotolo di coda di rana pescatrice in pancetta dolce con spinacini (a pagina 104 del servizio Rana pescatrice).



Sommario *settembre*

7 Storie di cucina **Nemici buonissimi**

I dolci siciliani dedicati alla cacciata degli invasori saraceni sono irresistibili per la golosità e l'ironia

10 Bontà di stagione **Insalate piatto forte**

Non pensate siano solo contorni: tenere e delicate, accolgono carne, pesce, formaggi e deliziose salsine

24 Living **Picnic sulla spiaggia**

In coda alle vacanze, grazie al clima più ventilato, ecco un menu easy da gustare tra tuffi e relax

38 Tema del mese **Vendemmia tra passato e presente**

La raccolta dell'uva è cambiata, ma restano i piatti di tradizione con cui si celebrava

54 Luoghi eccellenti **Iglesiente**

Oltre all'azzurro del mare e alle miniere c'è di più: una cucina che sorprende a ogni boccone

66 Passioni **Pasta fresca**

con sughi di mare

Tagliatelle, ravioli e poi reginelle, tortelli e tagliolini sono conditi con intingoli di pesce e conchiglie

76 Bere bene **Bianchi di Liguria**

Da Levante a Ponente, l'itinerario alla scoperta di una viticoltura eroica tra bianchi salini dai profumi avvolgenti

82 La dolce vita **Con l'ultima frutta d'estate**

Pesche, prugne, fichi e more... Ingredienti per torte, confetture e composte da leccarsi le dita

92 Assaggi **Valencia Paella Experience**

Viaggio nella città spagnola per scoprire i segreti di un grande piatto e le sue varianti più classiche

100 Semplici piaceri **Rana pescatrice**

Brutta, ma buonissima, è tra i pesci più ambiti grazie alle sue carni bianche e gustose; da provare a filetti, bocconcini e intera

108 Ricetta gourmet **Chizze reggiane**

Irresistibili fagottini fritti ripieni di parmigiano. Da non perdere

RUBRICHE

22 Se il cibo cambia la terra **Produzioni effervescenti e green**

Buone azioni per vivere meglio

35 Pianeta Extravergine **Delizie in vaso con l'olio giusto**

Da provare e valorizzare

50 Utile e dilettevole **Sottovuoto**

Storie di oggetti di cucina

65 In cerca di nuovo **Mode e manie**

Decor, design e dintorni

113 A proposito di vini **I magnifici 7**

Varietà, abbinamenti, cultura





HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO

MATEUS COELHO E ALICE PAGLIA

CAMPIONI DI PAELLA (ARRIVATI SECONDI AL CONCORSO CHE DECRETA LA MIGLIORE DEL MONDO NEL 2020), SONO CHEF E PROPRIETARI DEL RISTORANTE ALBUFERA DI MILANO, DEDICATO AL PIATTO VALENCIANO. A PAGINA 92 LE LORO CREAZIONI.

LAURA SPINELLI

LAUREATA IN LINGUE E SPECIALIZZATA ALLA SCUOLA DI COMUNICAZIONE VISIVA CFP BAUER, È FOTOGRAFA DI SALE&PEPE DAL 2016. AMA LA LUCE NATURALE, IL CIBO GENUINO ED È PARTICOLARMENTE SENSIBILE ALLE TEMATICHE AMBIENTALI. NEL 2023 HA PUBBLICATO IL LIBRO "INSALATE PER UN ANNO" CON VALENTINA RAFFAELLI.

DANIELE CERNILLI

INFLUENTE CRITICO ENOLOGICO, È STATO AL FIANCO DI VERONELLI E HA COLLABORATO FIN DAL PRIMO NUMERO ALLA GUIDA DEL GAMBERO ROSSO. IN QUESTO NUMERO INTERVIENE NEL SERVIZIO "VENDEMMIA TRA PASSATO E PRESENTE" E FIRMA IL TESTO "BIANCHI DI LIGURIA".

indice delle ricette

SETTEMBRE 2024

Antipasti, pizze, focacce e torte salate

Cake con fichi, formaggio di capra e prosciutto	<u>31</u>
Chizze reggiane	<u>110</u>
Insalata di panissa, cipollotti e olive	<u>31</u>
Frittini di rana pescatrice speziati	<u>106</u>
Mustazzeddu	<u>58</u>
Panzanella con pane croccante e acciughe al forno	<u>20</u>
Torta d'erbe	<u>44</u>

Primi e piatti unici

Fagottini ai gamberi	<u>75</u>
Maccarune della vendemmia	<u>44</u>
Paella de mariscos	<u>98</u>
Paella valenciana	<u>98</u>
Paella vegetariana	<u>98</u>
Penne alle olive con rana pescatrice e pomodori	<u>102</u>
Ravioli alla marinara	<u>74</u>
Reginelle con involtini di spada	<u>74</u>
Riso con sgombero, zucchine e avocado	<u>32</u>
Spaghetti con rana pescatrice e involtini di melanzane	<u>105</u>
Tagliatelle ai calamari ripieni	<u>74</u>
Tagliatelle bianche e nere allo scoglio	<u>74</u>
Tagliolini al nero di seppia con triglie	<u>75</u>
Tortelli ortolani al ragù di cernia	<u>75</u>
Vucculotti sapa e noci	<u>48</u>

Secondi

Capra alla Vernaccia	<u>58</u>
Châteaubriand alle acciughe	<u>51</u>
Pollo con citronnette di limone caramellato	<u>31</u>
Spiedini di rana pescatrice con gamberi e bacon alle erbe	<u>102</u>

Contorni, verdure, salse e confetture

Tranci di rana pescatrice all'arancia e finocchi	<u>106</u>
Trippa all'iglesiente	<u>58</u>
Rotolo di rana pescatrice agli spinaci e pancetta	<u>105</u>

Insalata con baccalà, pesche noce, cannellini e olive	<u>19</u>
Insalata con pollo, verdure e salsa d'aglio	<u>15</u>
Insalata con pomodori, burrata e 'nduja	<u>13</u>
Insalata con tagliata di manzo, melanzane e peperoni	<u>16</u>
Patate cotte con i peperoni	<u>48</u>
Pomodorini confit in olio aromatico	<u>36</u>
Sugo di pecora	<u>56</u>

Dessert e bevande

Ciambelle al mosto dei castelli	<u>48</u>
Composta di melone, albedo di limone e lime	<u>91</u>
Confettura di prugne e lamponi alla salvia	<u>91</u>
Drink di birra, verbena e pompelmo	<u>32</u>
Pesche sciroppate	<u>91</u>
Pie di pesche e pistacchi	<u>32</u>
Schiacciata con l'uva	<u>44</u>
Tarte con clafoutis di frutta mista	<u>91</u>
Testa di turco di Castelbuono	<u>8</u>
Torta di fichi, mele e more	<u>87</u>
Torta di pesche al cocco	<u>91</u>

PURI SI NASCE, SOFFICI SI DIVENTA.



Prosciutto di Carpegna DOP. La temperatura a cui lo stagioniamo è solo uno dei suoi segreti. Una ricetta nata nel 1400. Un territorio, il Montefeltro, dal microclima speciale. Un profumo inimitabile, frutto di una miscela esclusiva di spezie. E una sofficità straordinaria, grazie alla stagionatura che avviene a una temperatura più alta del comune. Tutto questo accade in un unico prosciuttificio, uno solo, al mondo. Quindi, quando sentite qualcuno affermare che il prosciutto di Carpegna è unico, prendetelo pure alla lettera.



THETAclizzeni

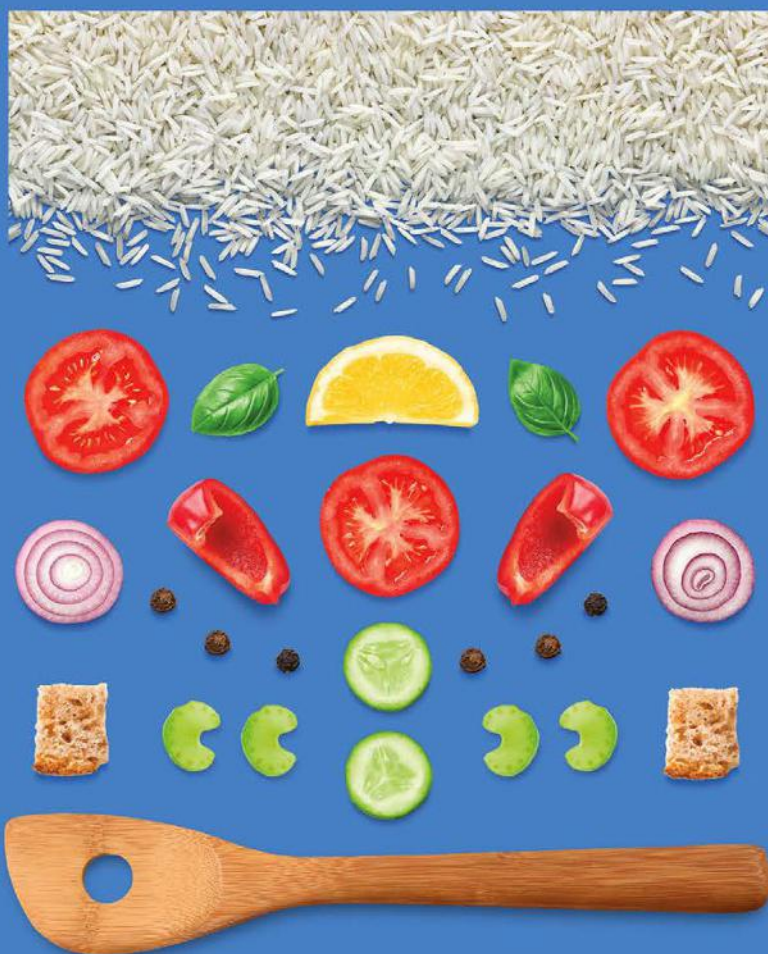


Unione Europea / Regione Marche
PROGRAMMA DI SVILUPPO RURALE 2014-2022
FONDO EUROPEO AGRICOLO PER LO SVILUPPO RURALE: L'EUROPA INVESTE NELLE ZONE RURALI



PROSCIUTTO
DI CARPEGNA
D.O.P.

ALTE CREAZIONI.



*Gazpacho con Riso Basmati Fior d'Himalaya al basilico e limone
su origini.risovignola.it*



Origini CAPOLAVORI DI NATURA

Infinite interpretazioni di gusto, in una gamma di sei risi eccellenti. Pregiate varietà italiane lavorate a pietra e risi internazionali di altissima qualità. Per liberare l'estro e assaporare la bellezza.

RISO
VIGNOLA
1880



Nemici buonissimi

“Mamma li turchi!”. Quante volte avete sentito ripetere questa frase per comunicare, ironicamente o no, un'apprensione. L'espressione è anche diventata titolo di diversi libri, di un film, una boutade in molte commedie all'italiana e, in tempi recenti, persino il nome di una via per arrampicata in Val d'Adige. “Li turchi”, di cui un tempo si aveva comprensibilmente paura, erano i saraceni, nome genericamente usato per definire le popolazioni arabe provenienti dal Nord Africa che, tra VIII e XI secolo, seminarono terrore lungo tutte le coste italiane, isole comprese.

In Sicilia, in particolare, dalle incursioni si passò alla lunga dominazione islamica finché nel 1091 i Normanni, alla guida del Conte Ruggero d'Altavilla, conquistarono l'isola sconfiggendo i saraceni in contrada Mulici, frazione di Scicli (oggi “territorio” del Commissario Montalbano). Qui la storia si mischia alla leggenda, perché sciclitani e normanni, da buoni cristiani, chiesero l'aiuto della Madonna che apparve su un cavallo bianco in veste di guerriera e liberò l'isola dagli invasori. Da allora alla Madonna delle Milizie è dedicata una festa che dal 1736 cade nell'ultima domenica di maggio, con tanto di processione, rievocazione della battaglia e dolce devozionale: una testa di turco. La pasticceria siciliana vanta vari dolci con

questo nome tutti diversi tra loro. A Scicli è un goloso bigné a forma di turbante ripieno di ricotta o crema pasticcera, con aggiunta di scaglie di cioccolato o granella di mandorle o pistacchi. Un tempo il formato era gigante, poteva raggiungere anche un chilo e si faceva solo per la festa. Oggi si gusta tutto l'anno e le sue dimensioni, pur generose, si sono ridotte a circa 8 cm di diametro. L'impasto è una sorta di pasta choux fatta con strutto (guai al burro), farina e uova da modellare in porzioni con la sac à poche. Poi ci sono le teste di turco che si mangiano a Carnevale: rettangoli di sfoglia incisi all'interno con 5 tagli paralleli che in frittura si accartocciano. Una vecchia consuetudine, oggi dimenticata, era quella di regalare

ad amici e parenti un vassoio di pasta di cannolo modellato con pieghe a mo' di turbante e contenente cannoli ripieni. A San Cataldo sono tipiche le sfoglie infornate ripiene di ricotta e salsiccia fresca che, dopo la cottura, si ricoprono con cioccolato amaro fuso a ricordare i “mori”. Ma bisogna arrivare a Castelbuono per gustare una testa di turco deliziosa e delicata. È un dolce al cucchiaino adatto alla domenica che una volta si preparava tra l'Immacolata e Carnevale. È composto

da sfoglie di pasta fritta, le “scorce”, alternate a strati di crema al latte aromatizzata alla cannella e limone. Difficile trovarne l'origine esatta, nei vocabolari ottocenteschi siciliani la “testa di turco” con cialde fritte intrise di crema di latte si ritrova in più province, ma è solo a Castelbuono (Palermo), che ha trovato terreno fertile come dolce sfottò nei confronti dei saraceni. Va servita nel classico piatto di terracotta, il “fanguotto”, decorata con cioccolato in scaglie, o cacao e cannella, mentre il tocco finale è dato dalla zuccina candita. Poi il cucchiaino può affondare nella crema e la vendetta consumarsi lentamente e con piacere, oppure in un solo boccone come a Scicli. Perché il tema ricorrente è mangiare il nemico, per distruggerlo o per esorcizzarne la paura. E farlo in maniera dolce e ironica, alla siciliana, è da secoli il modo migliore.

**di Laura Maragliano, ritratto di Gian Marco Folcolini,
foto del piatto di Francesca Moscheni,
in cucina Elena Tettamanzi**

storie di cucina

RACCONTATE DAL DIRETTORE

TESTA DI TURCO DI CASTELBUONO

MEDIA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI

per la sfoglia 100 g di farina 00 - 1 uovo
- 1 cucchiaino di zucchero - olio di semi
- 1 pizzico di sale

per la crema 500 ml di latte - 100 g
di zucchero - 50 g di amido di mais
- la scorza grattugiata di 1 limone non
trattato - cannella in polvere

per guarnire cannella in polvere
- scaglie di cioccolato - zuccherini
colorati a piacere

1 Preparate la sfoglia. In una ciotola, lavorate l'uovo, lo zucchero, il sale e la farina fino a ottenere un composto omogeneo. Tirate l'impasto con la macchinetta per la pasta a uno spessore molto sottile. Tagliate le sfoglie in lasagnette di

circa 10x15 cm e friggetele in abbondante olio caldo, una per volta, fino doratura: dovranno formarsi delle bolle. Sgocciolatele su carta da cucina.

2 Preparate la crema. Scaldate il latte (tranne 1 bicchiere), lo zucchero, la scorza di limone e un po' di cannella in un pentolino a fiamma bassa. Intanto, stemperate l'amido con il latte freddo tenuto da parte. Versatelo a filo nel latte caldo continuando mescolare. Quando il composto comincerà ad addensarsi, toglietelo dal fuoco.

3 Disponete una lasagnetta sul fondo di una pirofila, copritela con un po' di crema e spolverizzatela con la cannella. Ripetete gli strati fino a terminare gli ingredienti e avendo cura di finire con crema e cannella. Mettete in frigo per almeno 2 ore e, al momento di servire, completate con le guarnizioni.



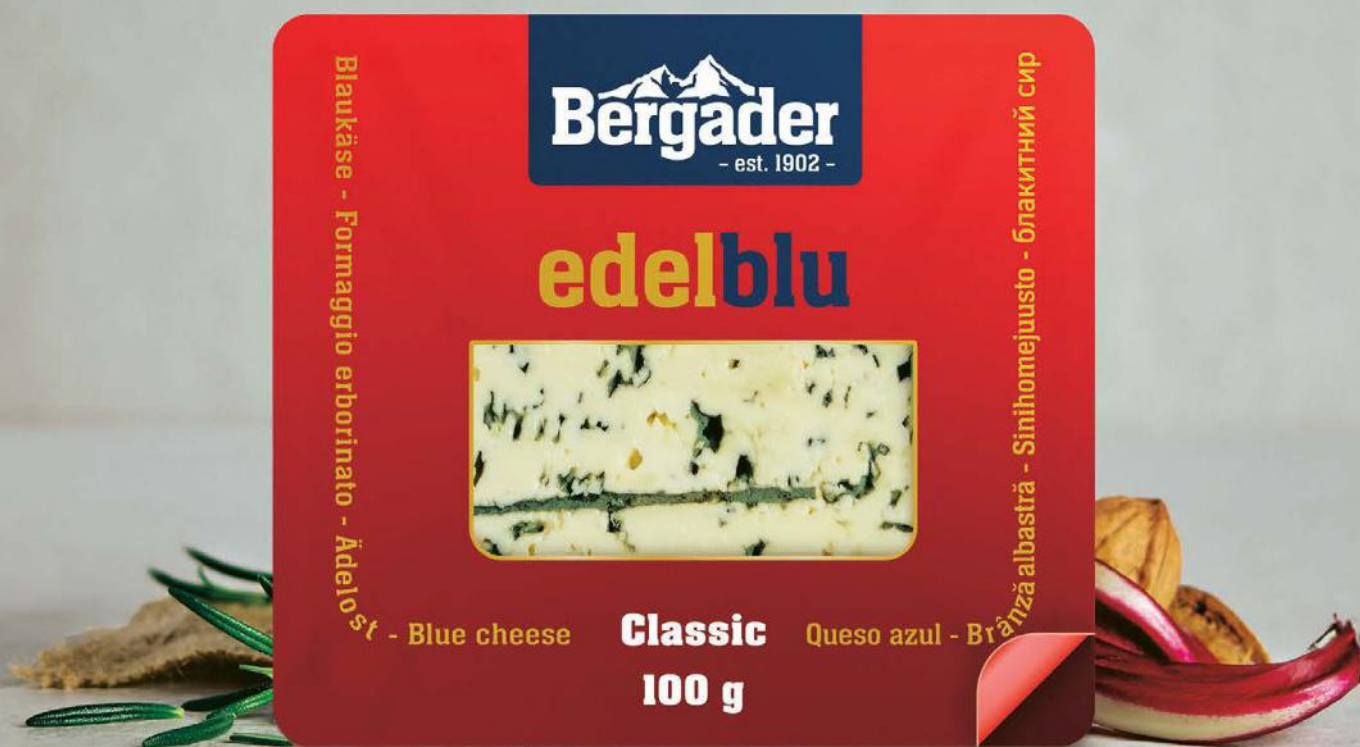
Dolci segreti

Affinché perda gran parte dell'olio di frittura, la "scorcìa" si dovrebbe friggere il giorno precedente e far riposare in larghi cesti di fibre vegetali (i "cannisci"). Secondo alcune ricette si impasta solo con i tuorli mentre in altre è prevista l'aggiunta di una noce di strutto. Lo spessore della scorcìa è a gusto personale: più è spessa più avrà bisogno di un abbondante strato di crema. Per quanto riguarda la crema, la dose di amido ne determina la consistenza, ma altrettanto importante è il grado di cottura. Per capire se è pronta se ne versa una piccola quantità su una superficie obliqua: se percorre solo un brevissimo tratto si può usare. Anticamente la prova veniva fatta con un fuscello di paglia, se non accennava a cadere si toglieva la casseruola dal fuoco.





Il migliore in cucina.
Dal 1927.



Risotti, pasta, zuppe, pizze, secondi, insalate.
È facile cucinare con Edelblu.

Insalate

FRESCHES E LEGGERE
SONO L'INGREDIENTE
PRINCIPE PER PIATTI
ELEGANTI E SFIZIOSI.
BASTA ABBINARE
LA VARIETÀ GIUSTA
A PESCI, CARNI,
FORMAGGI, MA
ANCHE FRUTTA
E STUZZICANTI SALSE
PICCANTINE

a cura di Cristiana Cassé, testi di Silvia
Bombelli, ricette di Claudia Compagni,
foto e styling di Laura Spinelli

piatto forte





CON POMODORI, BURRATA E 'NDUJA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 5 MINUTI
355 CAL/PORZIONE

2 burrate da 150 g l'una – 200 g di lattughino – 2 pomodori Cuore di bue – 1 cipollotto – 30 g di pane guttaiu – 30 g di 'nduja – 1 cucchiaio di aceto di vino rosso – 1 pizzico di zucchero di canna – olio extravergine d'oliva – sale

1 Pulite il cipollotto, tritatelo finemente e lasciatelo stufare dolcemente in un padellino con 2 cucchiaini di olio. Unite la 'nduja e mescolate per scioglierla. Aggiungete lo zucchero e l'aceto, lasciate evaporare quest'ultimo e spegnete il fuoco.

2 Lavate i pomodori, asciugateli e tagliateli a fette. Pulite il lattughino, lavatelo, asciugatelo e suddividetelo nei piatti. Unite le fette di pomodoro e salate.

3 Tagliate le burrate a metà e distribuitele nei piatti. Cospargete con il pane guttaiu spezzettato e condite con la salsa all'nduja. Se vi piace, completate con foglie di schiso rosso e trifoglio.

Lattughino

DOLCE E DELICATA, QUESTA INSALATA È CONSIDERATA LA VERSIONE NOBILE DELLA LATTUGA CLASSICA PER IL SUO PROFUMO PERSISTENTE E LE FOGLIE PIÙ PICCOLE E TENERE. SI SPOSA BENE CON INGREDIENTI MORBIDI COME FORMAGGI FRESCHI, TONNO, SGOMBRO O SALMONE



Bull's blood

DAL COLORE VIVACE E LE FOGLIOLINE CROCCANTI SUCCULENTE, QUESTA INSALATA APPARTIENE ALLA FAMIGLIA DELLE BIETOLE E SI DISTINGUE PER L'AROMA GRADEVOLMENTE DOLCE. È PERFETTA PER PIATTI SCENOGRAFICI, ABBINATA A CARNI BIANCHE E FORMAGGI SEMISTAGIONATI

CON POLLO, VERDURE E SALSA D'AGLIO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 10 MINUTI
600 CAL/PORZIONE

500 g di petto di pollo - 150 g di insalata Bull's blood - 80 g di spinacini
- 2 carote - 1 cetriolo carosello
- 1/2 limone - 1 tuorlo - 1 cucchiaino di senape dolce - 2 spicchi d'aglio
- 3 foglie di salvia - 2 rametti di rosmarino - olio extravergine d'oliva e di semi di arachide - sale

1 Tagliate il petto di pollo a grossi dadi e trasferitelo in una ciotola con 1 spicchio d'aglio sbucciato e schiacciato, le foglie di salvia tagliuzzate, gli aghi del rosmarino e 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva. Mescolate e lasciate insaporire per 30 minuti a temperatura ambiente. Intanto, raschiate le carote, lavatele, tagliatele a

nastro con un pelapatate e mettetele a bagno in acqua e ghiaccio. Sbucciate il cetriolo, tagliatelo in 4 spicchi nel senso della lunghezza, privateli dei semi e riduceteli a tocchetti. Lavate e asciugate insalata e spinacini.

2 Sbucciate l'aglio rimasto e spremetelo con l'apposito attrezzo. Con un frullatore a immersione, frullate il tuorlo con l'aglio, 1 cucchiaino di succo di limone, una presa di sale, 1 dl di olio extravergine e 1 dl di olio di semi versati a filo: dovrete ottenere una maionese densa. Unite la senape, mescolate, regolate di sale e diluite la salsa con 2-3 cucchiaini di acqua fredda.

3 Scolate il pollo dalla marinata e rosolatelo in padella con 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva e una presa di sale a fiamma moderata fino a doratura (6-7 minuti). Lasciatelo intiepidire e mescolatelo con l'insalata, gli spinacini, le carote scolate e asciugate e il cetriolo. Condite con la maionese all'aglio e, se vi piace, decorate con petali di fiori eduli.

Lattuga romana

CROCCANTE, CON GRANDI
FOGLIE DALLA CONSISTENZA
TENACE CHE LA RENDONO ADATTA ANCHE
A PREPARAZIONI COTTE E RIPIENE,
È LA VARIETÀ DI LATTUGA PIÙ DIFFUSA
IN ITALIA, NOTA FIN DAI TEMPI DEI ROMANI.
È UN'INSALATA JOLLY OTTIMA CON
INGREDIENTI ACIDULI O PICCANTINI

CON TAGLIATA DI MANZO, MELANZANE E PEPERONI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 10 MINUTI
260 CAL/PORZIONE

2 entrecôte di manzo di 200 g l'una
– 1 peperone giallo e 1 rosso
– 1 grossa melanzana violetta
– 150 g di pomodorini gialli – 1 cespo
di lattuga romana – 1/2 limone
– 1 spicchio d'aglio – 2 rametti
di timo – 1 cucchiaino colmo di paprica
piccante – 1 cucchiaino di aceto di mele
– olio extravergine d'oliva – sale

1 Mettete le entrecôte
in un piatto fondo e aggiungete
lo spicchio d'aglio sbucciato
e tagliato a fettine, 2 cucchiaini
d'olio, l'aceto e i rametti
di timo. Girate la carne
nel condimento e lasciate
marinare coperto, fuori
dal frigo, per 30 minuti.

2 Lavate peperoni e melanzana,
puliteli e riduceteli a dadini.
Scaldate 3 cucchiaini d'olio
in una grossa padella, unite
gli ortaggi, una presa di sale
e la paprica, mescolate
e cuocete a fiamma viva
per 5 minuti. Sfumate
con il succo del limone e lasciate
raffreddare. Lavate l'insalata,
asciugatela e spezzettatela.

Lavate i pomodorini
e tagliateli a spicchi.

3 Scolate le entrecôte, salatele,
adagiatele in una padella
di ghisa già calda e cuocetele 2
minuti per lato a fiamma alta.
Avvolgetele separatamente
in fogli di alluminio e lasciatele
riposare per 10 minuti.
Suddividete nei piatti
gli ortaggi rosolati, l'insalata
e i pomodorini e terminate
con le entrecôte tagliate a fette
di sbieco. Se vi piace, guarnite
con foglie di nasturzio.





Gentilina

UN'ALTRA VARIETÀ DI LATTUGA, ANCHE IN VERSIONE ROSSA, DAL GUSTO PIÙ GARBATO. LE FOGLIE CROCCANTI E SUCCOSE SI SPOSANO BENE CON LE CONSISTENZE PASTOSE DI LEGUMI, GRANDI PESCI, MA ANCHE OLIVE, FORMAGGI E FRUTTI POLPOSI

CON BACCALÀ, PESCHE NOCI, CANNELLINI E OLIVE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
270 CAL/PORZIONE

500 g di filetto di baccalà ammollato
– 300 g di cannellini in scatola (peso sgocciolato) – 200 g di insalata gentilina verde e rossa – 1 pesca noce
– 16 olive Kalamata – 1 scalogno
– 1 foglia di alloro – 1 cucchiaino di aceto di mele – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Disponete il baccalà in una casseruola, unite l'alloro e acqua fredda fino a coprirlo e cuocetelo a fiamma bassa per 10 minuti dal momento in cui l'acqua inizia fremere. Spegnete il fuoco e lasciate raffreddare il pesce nell'acqua.

2 Lavate e spezzettate l'insalata. Lavate la pesca, snocciolatela e riducetela a tocchetti. Sbucciate lo scalogno e tagliatelo a fettine sottili. Versate i cannellini in un colino e sciacquateli bene.

3 Scolate il baccalà e sfaldatelo con le mani eliminando eventuali lisce residue. Distribuite nei piatti le insalate, i cannellini, lo scalogno, la pesca e le olive. Disponetevi sopra il baccalà e condite con un'emulsione preparata con 4 cucchiaini di olio, l'aceto, sale e pepe.

Lollo

DALLE FOGLIE ARRICCIATE DI COLORE VARIABILE TRA IL VERDE E IL VIOLACEO, È UNA VARIETÀ DI LATTUGA RUSTICA ADATTA ANCHE ALLA COTTURA. ACCOMPAGNA BENE INGREDIENTI SAPORITI COME CAPPERI, ACCIUGHE, ARINGHE



PANZANELLA CON PANE CROCCANTE E ACCIUGHE AL FORNO

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
300 CAL/PORZIONE

200 g di Lollo – 200 g di pane toscano leggermente raffermo – 16 acciughe diliscate e aperte a libro – 40 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato – 4 pomodori a ramati – 1 cuore di sedano verde con le foglie – 1 piccola cipolla rossa – 12 foglie di basilico – olio extravergine d'oliva – sale

1 Lavate il sedano, prelevate le foglie, tritatele e mescolatele con il parmigiano. Suddividete il composto su metà delle acciughe, coprite con quelle rimaste e trasferite i “sandwich” su una teglia foderata con carta da forno: condite con sale e olio.

2 Tagliate il pane a tocchetti, allargateli su una teglia foderata con carta da forno e conditeli con sale e 4 cucchiaini di olio: infornate a 180° fino a doratura (circa 20 minuti); lasciate raffreddare. Infornate le acciughe al posto del pane, cuocetele per 10 minuti e poi lasciatele intiepidire.

3 Sbucciate la cipolla e tritatela grossolanamente. Pulite i pomodori, lavateli e tagliateli a spicchi. Riducete il cuore di sedano a dadini. Mescolate i tre ingredienti preparati in una ciotola con il basilico lavato e condite con olio e sale: lasciate riposare per 10 minuti. Lavate l'insalata e disponetela nei piatti. Unite le verdure condite, i crostini di pane e infine le acciughe.



se il cibo cambia la terra

BUONE AZIONI PER VIVERE MEGLIO

di Silvia Bombelli

GRAPPE INTELLIGENTI

Distillati di natura

Marchio storico piemontese dal ricco medagliere, Mazzetti d'Altavilla produce distillati con gran riguardo per il suo amato Monferrato. È stata la prima distilleria a investire nel fotovoltaico a impatto visivo zero, riducendo le emissioni di CO₂ del 58%.

A fine ciclo le vinacce diventano fertilizzante, energia o olio di vinacciolo per un riuso virtuoso degli "scarti" (mazzetti.it).



CHICCHI SOLIDALI BUON CAFFÈ

Attenta alla salute del territorio e di chi lo abita, Illy sostiene il progetto "Visite sospese" della Lilt finanziando 1000 controlli medici gratuiti per persone fragili. Per permettere a tutti di contribuire, l'azienda devolverà alla Lega 1 euro per ogni carnet da dieci espresso acquistati nei bar aderenti; i gestori offriranno un caffè sospeso ogni "illydieci" venduto (illy.com/illydieci).



PACKAGING HI TECH

idee tricolore

Eatable Adventures, acceleratore per le tecnologie alimentari, ha selezionato alcune imprese italiane innovative da sostenere: Nicefiller, per una molecola che rinforza gli involucri prolungando la conservazione del contenuto; Alter Ego Pulp, per le confezioni in fibra di cellulosa; Iuv, per i rivestimenti plastic free a base di alghe che si possono anche mangiare (eatableadventures.com).



Produzioni EFFERVESCENTI E GREEN

Le nobili colline Patrimonio dell'Umanità Unesco, dove nasce il Prosecco di Conegliano Valdobbiadene Docg, sono anche luogo di sperimentazione per la viticoltura responsabile. Attività doppiamente encomiabili: per l'efficacia dei progetti e per l'esempio dato. Interessante è il caso di Follador Prosecco dal 1769, azienda dell'omonima famiglia, che ha molto a cuore il suo territorio. Infatti, con un investimento di circa 700 mila euro e l'adesione alla certificazione Equalitas, ha installato pannelli fotovoltaici per l'autonomia energetica e un decanter modernissimo che permette l'estrazione e la chiarificazione del mosto senza prodotti coadiuvanti con relativa riduzione di acqua di lavaggio a fine ciclo. Tutto per trasformare in green la produzione entro il 2025. Inoltre, l'azienda planterà 1500 alberi di caffè, anacardi e cacao in paesi come Colombia e Tanzania, garantendo così opportunità economiche alle comunità locali (folladorprosecco.it).

CUOCHI ECOLOGICI OCEANI & MENU

Gli chef di Relais & Châteaux (370 stelle Michelin, di cui 34 verdi) lanciano un appello con Ethic Ocean per la salvaguardia delle specie marine. I maestri dell'alta cucina consigliano di rifornirsi da allevamenti sostenibili certificati che tutelano gli stock ittici di anguille, salmoni e gamberi tropicali.

E preparano manicaretti molto gourmand e rispettosi della biodiversità (relaischateaux.com).

Gusto in famiglia



Qualità e tradizione dall'Alto Adige

Utilizziamo solo carne di qualità, di coscia di puro suino, lavorata dai nostri mastri macellai seguendo un'antica ricetta di famiglia che si tramanda di generazione in generazione.

Recla

picnic

SULLA SPIAGGIA

UNA RIGENERANTE GITA AL MARE CON
MILLE STUZZICANTI DELIZIE DA GUSTARE
ALL DAY LONG. TRA TUFFI IN ACQUA,
CHACCHIERE E TANTO RELAX

testo e cura di Cristiana Cassé, ricette di Claudia Compagni,
foto dei piatti di Laura Spinelli, servizio di Nicoline Holsen/House of Picture/
Living Inside, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi







INSALATA DI PANISSA,
CIPOLLOTTI E OLIVE

pag. 31

Le vacanze sono ormai finite? Invidia tremenda per quelli che le devono ancora iniziare? Come on! Il clima, tiepido e ventilato, in questo momento è al suo meglio e, notizia ancor più lieta, i weekend non sono stati aboliti. C'è ancora tempo per rivedere il mare, con la/lo/gli amici del cuore. O con la famiglia. Se poi avete la fortuna di abitare non troppo distante da qualche litorale, ci si può anche permettere una bella gita in giornata. Con le spiagge svuotate della ressa chiassosa, il momento è propizio per un picnic di relax e sole gentile sulla sabbia, senza rischiare che nessuno si piazzì a distanza millimetrica dal vostro asciugamano.

Il mare mette appetito...

Secondo comprovate ricerche, l'alta concentrazione di iodio del mare fa venir fame. Quindi è normale che dopo una passeggiata sul bagnasciuga e due bracciate in acqua, questa si faccia sentire. E secondo il comprovato parere di tutti è doveroso darle soddisfazione. Qui con un pratico stuzzichino in bicchiere: cubetti di panissa ligure (a base di farina di ceci), mescolata con croccanti cipollotti, olive siciliane *cunzate* (condite), basilico e una citronnette classica. Un'insalata fresca, dalle consistenze piacevolmente contrastanti, che scatena ancor di più l'appetito e apre la via a una cake salata. In un involucro di morbida pasta lievitata, mescolata con prosciutto e formaggio di



CAKE CON FICHI, FORMAGGIO
DI CAPRA E PROSCIUTTO

pag. 31

capra, si nasconde uno strato di fichi neri tagliati in quarti. Insolita e perfetta nell'equilibrio di sapori, realizza il più ambito miracolo di chi sta ai fornelli: scovare quelle ricette senza rischi, facilissime da preparare, che poi raccolgono complimenti senza soluzione di continuità. Ecco ne avete trovata una. Segnatela sul vostro ricettario, la si può spendere come antipasto anche in situazioni più formali. Intanto, all'ombra dell'ombrellone o della Mehari (mitica auto da sabbia, per chi ha poche primavere sulle spalle), staziona la borsa frigo con i bevaggi. È il caso di aprirla. Per farne uscire acqua à gogo, ma anche un bel bianco beverino. E pur senza avere la gambe sotto il tavolo, si brinda alla spensierata bellezza della situazione. *segue >*

MENU

Come organizzarsi

IN GENERALE LE PORTATE DEL MENU, DALL'INSALATA DI PANISSA ALLA PIE DI PESCHE (INFUSO ALLA VERBENA COMPRESO), POSSONO ESSERE CUCINATE IL GIORNO PRIMA E CONSERVATE IN FRIGORIFERO IN ADEGUATI CONTENITORI DI VETRO (DOVE INDICATO) O DI PLASTICA. PER L'INSALATA DI POLLO È BENE CONSERVARE I COMPONENTI DEL PIATTO SEPARATAMENTE E ASSEMBLARLI AL MOMENTO (MEGLIO PREPARARE LE VERDURE FRESCHE AL MATTINO). LA CAKE SALATA E LA PIE DOLCE, INFINE, DEVONO ESSERE AVVOLTE CON CARTA DA FORNO E QUINDI PROTETTE CON UN SACCHETTO DI PLASTICA (ANCH'ESSE VANNO TENUTE IN FRIGO).

Stoviglie & Co

OLTRE A QUALCHE TELO PER SEDERSI E APPARECCHIARE LA "TAVOLA", OCCORRONO FORCHETTE, CUCCHIAINI, BICCHIERI, ALMENO UN GROSSO COLTELLO SEGHETTATO PER LE TORTE E SEMPRE PER LORO, DUE VASSOI. PER IL TRASPORTO VANNO BENE LE BORSE FRIGO MORBIDE A CUI AGGIUNGERE PIASTRE REFRIGERANTI: QUELLE GRANDI A LUNGA DURATA SONO IDEALI PER I BEVAGGI CHE HANNO UN'ESIGENZA PIÙ PROLUNGATA DI RESTARE FREDDI. NON SCORDATE UN OMBRELLONE.



POLLO CON CITRONNETTE
DI LIMONE CARAMELLATO

pag. 31



RISO CON SGOMBRO,
ZUCCHINE E AVOCADO

pag. 32





DRINK DI BIRRA, VERBENA
E POMPELMO

pag. 32

Poi, con il surf a mo' di panchina, si può fare una sosta sulla battigia e cadere nella sana tentazione di fare gossip sugli assenti (ci sta). Il bello dei picnic è proprio questo. Non hanno un inizio e una fine come i pranzi *intra muros*. Si spizzica alla bisogna scegliendo ciò che più ci piace, tra una chiacchiera e un tuffo. Tanto lo iodio è in agguato e presto tornerà un certo languorino... Per compiacerlo, si può assaggiare il pollo rosolato con le erbe e accompagnato da verdure fresche. Un piatto umile al colpo d'occhio, che invece rivela presto un rango superiore: è infatti condito con una citronnette di limoni caramellati in padella e poi frullati con miele e acqua. Ecco, una cosa geniale sulle carni bianche, ma pure con i formaggi di capra e sul pesce: saprebbe rivalutare anche una modesta platessa bollita. Applaudita quest'unica portata da gustare nel piatto, seduti per benino, ritorna una bontà in vaso, che si fa mangiare in ordine sparso, ognuno dove gli va. Trattasi di un delizioso riso pilaf arricchito da filetti di sgombero rosolati, zucchine trifolate, cipollotto, avocado, peperoncino, menta e dragoncello. Buono, ma buono, e stuzzicante. La regola lo vorrebbe raccolto con la forchetta, ma se usate il cucchiaino fate bene, tanto è difficile che Martha Stewart, regina della mise en place, sia nei paraggi per redarguirvi. Più sconsigliato, ora per questioni d'igiene, bere a canna il long drink alla birra (qui va proprio il bic-



PIE DI PESCHE E PISTACCHI

pag. 32

chiere): freschissimo e insolito nel gusto, stempera una bière blanche con infuso di verbena e succo di pompelmo rosso. È iper dissetante e perfetto per idratarsi e inebriarsi quel tanto che basta.

Il dolce tra le righe

Dopo aver usato il surf per il suo vero scopo (comunque non è vietato starci semplicemente sdraiati in mezzo ai flutti), è doveroso concedersi un dolce. Strisce irregolari di un'originale brisèe all'acqua lasciano intravedere il gustoso ripieno della pie: pesche, pistacchi polverizzati e scorza di lime. Una delizia che unisce frutta e dessert, magari da gustare nel merigiare, non pallido ma molto assorto, per poi abbandonarsi a un generoso sonnellino all'ombra.



**Baule
Volante**

PANCAKE SOFFICI, COME FATTI IN CASA

IN 4
PRATICHE
CONFEZIONI

Esattamente come li fareste voi:
latte, uova, farina e, poi, una cottura lieve quanto basta
per preservarne il gusto e renderli soffici come una nuvola.
I nuovi **Pancake soffici**, preparati solo con ingredienti
biologici, sono ottimi da gustare a colazione con un velo
di sciroppo d'acero e frutta di stagione oppure al
naturale, così come sono, fuori casa.

INSALATA DI PANISSA, CIPOLLOTTI E OLIVE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 1 ORA
300 CAL/PORZIONE

200 g di farina di ceci – 2 cipollotti viola – 1 limone non trattato – 12 olive siciliane condite – 12 foglioline di basilico – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Setacciate la farina con un colino a maglie fini facendola cadere in una ciotola. Versate a filo 6 dl di acqua fredda mescolando contemporaneamente con una frusta. Unite una presa di sale e mescolate nuovamente.

2 Versate il composto in una casseruola antiaderente e cuocete la panissa per circa 1 ora a fiamma bassa mescolando spesso. Versatela in una teglia di circa 22 x16 cm rivestita con carta da forno e livellatela. Lasciatela raffreddare e mettetela in frigo per 1 ora.

3 Pulite e lavate basilico, limone e cipollotti. Affettate questi ultimi e snocciolate le olive. Emulsionate 4 cucchiaini di olio con la scorza grattugiata e il succo del limone, sale e pepe. Tagliate la panissa a cubotti e mescolatela con l'emulsione, le olive, il basilico e i cipollotti. Distribuite il tutto in 4 vasi a chiusura ermetica, chiudeteli e conservate al fresco.

CAKE CON FICHI, FORMAGGIO DI CAPRA E PROSCIUTTO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 45 MINUTI
495 CAL/PORZIONE

200 g di farina 00 – 150 g di formaggio di capra tipo Buche de chèvre – 100 g di prosciutto crudo a fette – 4 uova – 2 grossi fichi neri – 3 rametti di timo – 10 g di lievito per torte salate – 1 dl di vino bianco – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate e asciugate i fichi, eliminate il picciolo e tagliateli in 4 spicchi. Riducete il prosciutto a striscioline. Tagliate il formaggio a tocchetti.

2 Setacciate la farina con il lievito facendoli cadere direttamente in una ciotola e poi unite le uova sbattute a parte, 4 cucchiaini di olio, una presa di sale, una macinata di pepe, le foglioline di timo e il vino: mescolate con una frusta per ottenere un impasto omogeneo. Aggiungete il prosciutto e il formaggio e mescolate con una spatola. Versate 1/3 dell'impasto in uno stampo da plumcake di 9x20 cm rivestito con carta da forno, disponetevi sopra i fichi e quindi l'impasto rimasto.

3 Infornate la torta a 180° per 45 minuti. Fatela riposare per 10 minuti fuori dal forno, sformatela su una gratella e lasciatela raffreddare.

POLLO CON CITRONNETTE DI LIMONE CAMELLATO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
480 CAL/PORZIONE

600 g di petto di pollo – 1 cespo di insalata romana – 2 carote – 1 limone non trattato di 100 g circa – 40 g di miele di acacia – 1 piccolo mazzetto di prezzemolo – 1 rametto di rosmarino – 1 spicchio d'aglio – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate e asciugate il limone, spuntatelo e tagliatelo a fette di circa 1/2 cm di spessore. Scaldate 4 cucchiaini di olio in una padella a fiamma bassa, unite le fette di limone e cuocetele da ambo i lati finché saranno caramellate. Frullatele con il miele, 1/2 dl di olio, 1/2 dl di acqua fredda, una presa di sale e una macinata di pepe per ottenere una salsa omogenea.

2 Mescolate una presa di sale con il rosmarino tritato e massaggiate il pollo con il mix. Cuocetelo in padella, intero, con 3 cucchiaini di olio e lo spicchio d'aglio sbucciato e schiacciato 5 minuti per lato su fiamma bassa; lasciatelo raffreddare.

3 Intanto, pulite l'insalata, lavatela, spezzettatela e asciugatela. Raschiate le carote, lavatele, asciugatele e grattugiatele con la grattugia a fori grossi. Suddividetevi le due verdure nei piatti, unite il pollo tagliato a bocconcini, il prezzemolo tritato e lavato e condite con la citronnette di limone.



COSA BERE

IL LONG DRINK A BASE DI BIRRA LEGGERA, POMPELMO ROSSO ED ERBE È IDEALE COME APERITIVO, MA NON SOLO: LA SOAVE CREMOSITÀ DELLA BIRRA, BILANCIATA DALLA VIVEZZA AMARICANTE DEI FRUTTI, SI ESALTA SULL'INSALATA DI PANISSA IN UN PERFETTO EQUILIBRIO DI OPPOSTI. IL RESTO DEL MENU È ACCOMPAGNATO DA UN BIANCO PULITO E GENTILE: NON SERVE UN VINO DAL PIGLIO NERBORUTO; BASTA CHE CI SIANO LUNGHEZZA DELL'INTERO SAPORE NELLA SUA MULTIFORME BELLEZZA E PERSISTENZA DEL GUSTO, COSÌ CHE OGNI PIATTO SI TROVI CIRCONDATO DI ATTENZIONI ESPRIMENDO LE PROPRIE SPECIFICITÀ. SCEGLIAMO UN TIMORASSO DELL'AZIENDA RENATO BOVERI, OGGI CONDOTTA DAL FIGLIO DANILO. È UN BIANCO DELLA ZONA DI TORTONA LA CUI SPECIALITÀ È SAPERSI DIVIDERE CON SAPIENZA: COME FA AD ESEMPIO SUL CAKE E SUL RISOTTO, AI QUALI DEDICA IL SUO GRADUALE POTERE DI CONTRASTO, EVITANDO DI COMPROMETTERNE LE RAFFINATE PROPORZIONI. IL SUO CALORE GENEROSO PERMETTE ANCHE DI APPREZZARE APPIENO LA FIBRA APPENA DOLCE DEI BOCCONCINI DI POLLO: IN QUESTO CASO, PERÒ, È CONSIGLIABILE SORSEGGIARE IL VINO CON LA SOLA CARNE LASCIANDO LE VERDURE PER ULTIME, A PULIRE IL PALATO. AL PIE DI PESCHE, INFINE, RISERVIAMO UN CALICE DI MOSCATO DI NOTO.

LIVING PICNIC SULLA SPIAGGIA

RISO CON SGOMBRO, ZUCCHINE E AVOCADO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
650 CAL/PORZIONE

200 g di riso Basmati – 4 filetti di sgombrò – 300 g di zucchine chiare – 2 avocado – 2 lime non trattati – 1 cipollotto – 1 cucchiaio di capperi sott'olio – 4 foglioline di menta – 1 rametto di dragoncello – 1/2 dl di vino bianco – olio extravergine d'oliva – peperoncino in polvere – sale

1 Sciacquate bene il riso sotto acqua corrente. Trasferitelo in una casseruola, copritelo con un dito d'acqua fredda e portate a bollore. Unite una presa di sale, abbassate al fiamma al minimo e cuocete coperto per 10 minuti; lasciate riposare coperto per altri 10 minuti. Sgraziate il riso con una forchetta e conditelo con il succo di 1 lime e 2 cucchiaini di olio.

2 Salate i filetti di sgombrò e cuoceteli in padella con 2 cucchiaini di olio, con la pelle rivolta verso il basso, per 3 minuti. Sfumate con il vino e trasferite i filetti in una piccola teglia ed eliminate la pelle.

3 Pulite e lavate le zucchine, tagliatele a cubetti e cuocetele in padella per 4 minuti con 2 cucchiaini di olio, una presa di sale e il cipollotto pulito e tritato.

4 Ricavate la polpa degli avocado, tagliatela a dadini e conditela con il succo del lime rimasto, sale e peperoncino. Suddividetela in 4 vasi di vetro a chiusura ermetica, poi unite il riso, quindi lo sgombrò a tocchetti mescolato con i capperi e infine le zucchine e le erbe spezzettate. Chiudete e conservate al fresco.

DRINK DI BIRRA, VERBENA E POMPELMO

FACILE
PER 3 BOTTIGLIE DA 0,75 DL
PREPARAZIONE 20 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 5 MINUTI
120 CAL/BOTTIGLIA

2 lattine di birra bianca da 0,33 dl ben fredde – 3 pompelmi rossi – 2 bustine di verbena per infusi – 3 rametti di erba limoncina

1 Versate in una pentola 1,5 dl di acqua, portatela a ebollizione e poi spegnete il fuoco. Dopo pochi secondi, unite le bustine di verbena e lasciatele in infusione per 10 minuti. Eliminatele, fate raffreddare e mettete in frigo per 1 ora.

2 Tagliate i pompelmi a metà, spremeteli e filtrate il succo attraverso un colino a maglia fitta.

3 Mescolate l'infuso di verbena con il succo di pompelmo e distribuite il tutto in 3 bottiglie di vetro con tappo ermetico di 0,75 dl di capacità. Suddivide equamente nelle bottiglie anche la birra versandola lentamente, aggiungete l'erba limoncina, chiudete e conservate al fresco.

PIE DI PESCHE E PISTACCHI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 1 ORA E 5 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

1 kg di pesche gialle – 330 g di farina 00 – 200 g di zucchero – 150 g di burro freddo – 80 g di pistacchi sgusciati – 1 limone non trattato – 50 g di amido di riso – 1 cucchiaio e mezzo di aceto di mele – sale

1 Frullate la farina nel mixer con un pizzico di sale e 100 g di zucchero. Poi unite il burro a dadini e frullate di nuovo per ottenere un composto a piccole briciole. Aggiungete l'aceto e 0,8 dl di acqua fredda e frullate ancora fino al formarsi di una palla. Dividetela in due parti, l'una un poco più grande dell'altra, avvolgete ciascuna con un foglio di pellicola e lasciate riposare in frigo per 30 minuti.

2 Scottate le pesche in acqua in bollente per pochi secondi, scolatele e trasferitele in una ciotola con acqua e ghiaccio per raffreddarle. Sgocciolatele, privatele della buccia, snocciolatele e riducete la polpa a tocchetti. Mescolateli con l'amido di riso, lo zucchero rimasto e la scorza del limone (lavato) grattugiata. Tritate finemente i pistacchi.

3 Stendete il panetto di pasta più grande in una sfoglia rotonda di 3 mm di spessore. Stendete allo stesso modo quello rimasto e tagliatelo in strisce di larghezze non uniformi. Foderate con carta da forno uno stampo di 22 cm di diametro e disponetevi la sfoglia rotonda in modo da coprire il fondo e i bordi della teglia. Bucherellate la pasta con una forchetta e cospargetela con 2/3 della polvere di pistacchi. Unite le pesche e adagiatevi sopra le strisce di pasta in modo che siano parallele e lascino intravedere il ripieno: sigillatele al bordo pizzicandole. Cuocete la torta a 180° nella parte basse del forno per 1 ora. Lasciatela raffreddare prima di sfornarla e poi cospargetela con la polvere di pistacchi rimasta.

...e ti senti leggero



SCOPRI LE RICETTE



Cucina creativa
di RISO SCOTTI



AZIENDA[®]
OLEARIA
DEL CHIANTI^{SRL}

*Le cose che amiamo si custodiscono
e poi si tramandano*

oleariadelchianti.com





Delizie in vaso con l'olio giusto

CONSERVE DA PREPARARE ORA PER
GODERE TUTTO L'ANNO DEI PROFUMI
E DEI SAPORI DELL'ESTATE. BASTA
SCEGLIERE EXTRAVERGINI EQUILIBRATI

a cura di Silvia Bombelli, testo di Luciana Squadrilli

Melanzane, peperoni, zucchine, pomodori secchi o le stesse olive, ma anche tonno, alici e altre conserve ittiche. Il modo migliore per ritrovare un po' dei sapori solari e intensi degli orti estivi e del mare anche nei mesi freddi sono le conserve sott'olio. E lo stesso vale anche per prodotti dalla stagionalità diversa come funghi e carciofini. Di origini antichissime, la conservazione in olio – in alternativa a quella sott'aceto, altrettanto valida ma più impattante sul sapore, o a quella in salamoia o sotto sale che però possono alterare la consistenza dei cibi – è tra le soluzioni più gustose per una dispensa varia e fornita. Nel bacino del Me-

GOLOSI ORTAGGI SOTTO VETRO

Unione Italiana Food ha commissionato ad AstraRicerche un'indagine sui gusti degli italiani riguardo alle conserve per presentare "Fatti Sotto", la prima campagna dedicata ai vegetali conservati sott'olio, sott'aceto e in salamoia, informando il consumatore sul processo di produzione, le modalità di conservazione, l'utilizzo a tavola e le proprietà nutrizionali. Secondo i dati raccolti, ben il 72% degli intervistati afferma di consumare conserve; per il 41,3% è un'abitudine settimanale, soprattutto a casa e più a cena che a pranzo. Tra le ragioni dell'apprezzamento il gusto, seguito da praticità e versatilità. E se tra i prodotti preferiti vince il mix per condire il riso (75,5%), le conserve sott'olio (75,4%), soprattutto carciofini, funghi champignon e pomodori, precedono quelle sott'aceto (66,5%).

diterraneo questa pratica di conservazione per gli ortaggi era già diffusa intorno al 3000 a.C., e fu poi affinata dagli antichi Romani che usavano anche aceto e vino per preservare frutta e verdura. Un'abitudine basata probabilmente più sull'osservazione che sulle conoscenze scientifiche, mentre oggi sappiamo che la capacità di conservazione si deve soprattutto alle proprietà antiossidanti dell'olio d'oliva, oltre che all'azione isolante che limita il contatto del cibo con l'aria. Ecco perché conviene dare la preferenza all'extravergine, decisamente più ricco di polifenoli, quando si tratta di preparare delle conserve in casa (ricordando che è necessaria particolare cautela per evitare lo sviluppo di possibili batteri, come il botulino) o di acquistare quelle già pronte. Infatti, è opinione diffusa, ma errata, che l'extravergine sia troppo invadente e copra il sapore degli alimenti conservati, facendo preferire l'olio di semi. In realtà, la ricchezza di acidi grassi monoinsaturi e di polifenoli lo rende un ottimo *segue >*

DISPENSA SICURA

Il Ministero della Salute, in collaborazione con l'Istituto Superiore di Sanità, l'Università degli Studi di Teramo e la Società Italiana di Tossicologia ha pubblicato delle utili Linee guida per la corretta preparazione delle conserve alimentari in ambito domestico (scaricabili online dal sito www.salute.gov.it), al fine di garantire sicurezza e salubrità di questi gustosi prodotti. Tra le indicazioni raccomandate, oltre alla scelta e pulizia degli ortaggi, ci sono l'utilizzo di aceto di vino (meglio se bianco), zucchero semolato, sale marino e olio extravergine d'oliva di prima qualità. Se conservati a caldo, alimenti e olio vanno inseriti in contenitori sanificati immergendoli in un bagnomaria bollente fino al momento dell'utilizzo. Una volta riempito il vasetto, il contenuto va ricoperto completamente premendo bene per eliminare l'eventuale aria rimasta intrappolata nell'alimento.

POMODORINI CONFIT IN OLIO AROMATICO

FACILE
PER 4 VASI DA 250 ML
PREPARAZIONE
1 ORA
COTTURA 3 ORE
480 CAL/VASO

1 kg di pomodorini ciliegia – 10 cucchiari di zucchero – 4 spicchi d'aglio – 1 mazzetto di erba cipollina – 1 peperoncino fresco piccante – aceto di vino bianco delicato – olio extravergine di oliva fruttato medio – sale

1 Eliminate gli eventuali piccioli e rametti, lavate i pomodorini e tagliateli a metà nel senso della larghezza. Disponeteli su placche foderate con carta da forno con la parte tagliata verso l'alto, salateli e spolverizzateli con lo zucchero.
2 Trasferite le placche in forno già caldo a 100° e cuocete i

pomodorini per almeno 2-3 ore, a seconda del tipo di forno, finché saranno leggermente disidratati, con la pelle appena arricciata, ma ancora un po' succosi.

3 Trasferiteli in una ciotola, aggiungete gli spicchi d'aglio schiacciati, spellati, tagliati a metà e privati dell'eventuale germoglio. Versate 3-4 cucchiari di aceto, poi, insaporite con il peperoncino privato dei semi e tritato. Infine, profumate con l'erba cipollina tagliuzzata e mescolate.

4 Suddividetevi i pomodorini nei vasi perfettamente puliti e asciutti, riempiteli di olio, chiudeteli con il loro coperchio e metteteli in frigo per poi consumarli entro 2 settimane. Potete usarli per condire la pasta, farcire focacce e bruschette o per accompagnare filetti di pesce, carne alla brace e salumi piccanti.



conservante naturale grazie alla resistenza all'ossidazione, al contrario degli oli di semi che tendono a irrancidire più facilmente, rovinando anche il sapore dell'alimento conservato. Inoltre, l'elevata stabilità termica dell'extravergine evita che si deteriori a causa del calore prodotto dal necessario processo di sterilizzazione e pastorizzazione. Il consiglio è di usare un prodotto di alta qualità e in perfetto stato di conservazione scegliendo un fruttato leggero o medio con un profilo equilibrato e non invadente ma comunque con un buon contenuto di polifenoli. Per esempio, un olio sardo da Bosana, un Leccino gentile o un blend ben equilibrato. Per un gusto più delicato sono indicati gli oli denocciolati, ottenuti dalla sola pasta delle olive privata del nocciolo, che hanno però solitamente costi più elevati.

polifenoli preziosi

Classico, Quattrociocchi, Terracina (LT)

È ottenuto da un blend di olive Moraiolo, Leccino, Frantoio e Itrana coltivate nel Lazio avvolgente e armonico, con note di pomodoro, pepe nero, sedano, carciofo e lattuga. Equilibrato ed elegante, con toni di erbe officinali come menta e basilico, è adatto anche per la ricetta proposta (bottiglia da 500 ml, 11 euro).

Denocciolato di Bosana, Fratelli Pinna, Sassari

Armonico ed equilibrato, piacevolmente elegante, è un fruttato delicato con note di frutta bianca che ricordano banana e mela. Al palato si rivela più deciso, ma sempre ben bilanciato, con sensazioni fruttate marcate e persistenti (bottiglia luxury da 500 ml, 28 euro).

Leccino, Agricola Belfiore, Castelnuovo Magra (SP)

Specializzata nella produzione di monovarietali anche da cultivar rare, l'azienda ligure propone questo elegante Leccino. È un extravergine complesso e armonico, con sentori vegetali di carciofo e lattuga, ma anche toni balsamici di rosmarino, menta e mandorla in evidenza al palato (bottiglia da 500 ml, 13 euro).



LA CARNE "BUONA PER NATURA"

PIÙ DI 80 CHEF DI LIVELLO INTERNAZIONALE
LA SCELGONO PER LA SUA QUALITÀ PREMIUM



Filippo Saporito, chef patron del ristorante La Leggenda dei Frati a Firenze, tra i dieci ambasciatori italiani dello Chefs' Irish Beef Club.

MANZO IRLANDESE, UVA E CASTAGNE CON TIMBALLO RIPIENO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 G DI CONTROFILETTO
DI MANZO IRLANDESE - 200 G
DI CASTAGNE LESSATE - 400 G
DI UVA ROSSA - 4 SCALOGNI -
VINO ROSSO - FONDO DI
COTTURA - 2 NOCCIOLE - 200 G
DI PASTA SFOGLIA - OLIO
EXTRAVERGINE D'OLIVA - SALE

Preparate i timballi. Rifilate il manzo e ricavate circa 200 g di ritagli. Tritate 2 scalogni, soffriggeteli in poco olio, aggiungete i ritagli di carne e cuoceteli a fuoco vivo. Bagnate con il vino, fatelo evaporare, poi salate e aggiungete man mano poca acqua, finché la carne risulterà morbida e sfilacciata. Lasciatela raffreddare, poi usatela per farcire 4 piccoli timballi confezionati con la pasta sfoglia. Infornateli a 170° per circa 20 minuti. Intanto, frullate le castagne (tenetene da parte 8 intere), aggiungendo olio sufficiente a ottenere una salsa liscia. Preparate la salsa d'uva: soffriggete i rimanenti scalogni tritati in poco olio, aggiungetevi gli acini d'uva e cuocete per mezz'ora fino ad avere una salsa densa. Passatela attraverso un colino. Cuocete ai ferri il controfiletto di manzo irlandese, lasciandolo al sangue. Tagliatelo a fette, salatele e mettetene 2 al centro dei piatti. Aggiungetevi la crema di castagne e le castagne intere tenute da parte, cosparse con le nocciole grattugiate. Completate con la salsa d'uva e il fondo di cottura. Servite accompagnando con i timballi in un piattino a parte.

È risaputo che i migliori chef scelgono per i loro piatti gourmet materie prime di alta qualità, da esaltare con tecniche che ne valorizzano le virtù. Come l'Irish Grass Fed Beef, ora anche IGP: le sue caratteristiche uniche di gusto e consistenza sono dovute all'allevamento dei bovini in rigogliosi pascoli all'aperto per un minimo di 220 giorni all'anno, alimentati per almeno il 90%

con erba. Il risultato? Una carne dal gusto intenso, di color rosso Borgogna, con un perfetto equilibrio di marezzatura (il tipico "golden fat", il grasso intramuscolare), responsabile della sua succosa morbidezza. Ad apprezzare i pregi di questa carne "Buona per Natura" sono oltre 80 chef di livello internazionale, che hanno deciso di farsi ambasciatori della carne di manzo irlandese e di proporla nel menu nei loro ristoranti.

Gli chef ambasciatori, tra cui 10 italiani, anche stellati - come Filippo Saporito, qui accanto - fanno parte dello Chefs' Irish Beef Club (CIBC), che quest'anno celebra i vent'anni dalla fondazione. I membri del Club conoscono e apprezzano le caratteristiche di questo prodotto e per tale ragione hanno deciso di sposare questo progetto, divenendo ambasciatori di una carne prodotta in armonia con la natura.



ALAMY/IPA
AVALON/SINTESI

vendemmia

TRA PASSATO E PRESENTE

DAL BUCOLICO AL BIOCHIMICO. IL LAVORO IN VIGNA (E IN CANTINA)
È DECISAMENTE CAMBIATO. RESTANO INVECE TRADIZIONALI I GUSTOSI
PIATTI CHE ACCOMPAGNANO IL MOMENTO PIÙ IMPORTANTE D'AUTUNNO

a cura di Cristiana Cassé, testi di Carlo Cambi e Daniele Cernilli, ricette di Alessandra Avallone, foto di Francesca Moscheni,
styling di Francesca Salvemini. Si ringrazia Riccardo Mantovani per la collaborazione



SIMEPHOTO



ALAMY/IPA



SIPA/PHOTO



ALAMY/PA



AVALON/SINTESI



AVALON/SINTESI



ISTOCK/PHOTO

Sta scritto: “Ora Noè, coltivatore della terra, cominciò a piantare una vigna.” Il diluvio è passato e, nella Genesi (9.20), la vendemmia diventa occasione di rinascita. Basterebbe questo a designare la raccolta dell’uva come l’evento massimo della campagna. Per noi che siamo mediterranei sono tre i momenti topici dell’annata agraria: la mietitura, la vendemmia e la raccolta delle olive. Ci vedete qualcosa di molto cristiano con il pane, il vino e l’olio? E sia, anche se questa triade di prodotti della terra è sacra

dalla notte dei tempi e ci si potrebbe accompagnare anche il sacrificio del maiale.

C’è un racconto struggente di Cesare Pavese che dà la dimensione esatta di cosa fosse la vendemmia prima della meccanizzazione: “Sono i giorni più belli dell’anno. Vendemmiare, sfogliare, torchiare non sono neanche lavori; caldo non fa più, freddo non ancora; c’è qualche nuvola chiara, si mangia il coniglio con la polenta e si va per funghi.” La vendemmia, non a caso, era la misura di tutto: l’età si contava a vendemmie e la vita sociale *segue >*

si svolgeva attorno alle vendemmie; si andava di podere in podere a darsi una mano e ci si riuniva poi nella benfinita, la grande tavolata che celebra il termine del raccolto. Per molti mezzadri il giorno di San Martino (l'11 novembre) era il momento di rifare i contratti agrari e di saldare il conto col fattore: se c'era tanta uva, si stava meglio. Basta ricordarsi i Pagadebit della Romagna, vini da uva generosa, che servivano appunto a mettere a posto il bilancio familiare. Per contro, bisognava stare attenti alle sanzioni: per chi rubava uva erano severissime: un po' come per gli antichi Romani, che usavano il sale come moneta sonante e guai ad appropriarsene indebitamente.

Quanto alla storia della vigna in Europa, tra i più grandi diffusori ci sono i benedettini, che coltivavano dentro l'*hortus conclusus* e fino al Rinascimento i filari erano in città, ben controllati. Ne resta uno magnifico a Brescia di vigneto urbano e non c'è angolo d'Italia dove non ci sia una Via della Vigna.

Da questa necessità di preservare l'uva e il raccolto nascono poi molti usi popolari e alcune super-

stizioni. La vendemmia dovrebbe iniziarsi da una ragazza bionda per le uve bianche e da una bruna per le uve rosse. Sono loro le prime a entrare nei filari. La raccolta dell'uva era incombenza in larga misura femminile con le giovani tra i filari e le più mature in cucina a preparare i pranzi per chi raccoglie. E toccava sempre alle donne, 40 giorni prima del taglio, pulire le cantine. Erano i piedi delle ragazze, e questa volta anche dei ragazzi, a pigiare le uve: un tempo nei palmenti (vasche scavate nella roccia, ve ne sono di bellissime all'isola del Giglio), poi nei tini. Non c'è studente universitario che non abbia partecipato a una vendemmia per metter via un po' di soldi. E malgrado i vecchi imponessero il silenzio per non disturbare gli spiriti dell'uva, tra i filari si è sempre cantato. A cominciare dagli stornelli che s'improvvisavano lì per lì (spesso a contrasto, con due voci, una maschile e una femminile), dedicati alla pigiatura, che si trasformava così in una danza. Lo si è continuato a fare fino agli anni '60 del secolo scorso e anche oggi a Ischia, sulle pendici dell'Epomeo, si sente intonare: "Alla vigna vai, alla vigna vengo, tu cogli l'uva nera ed io la bianca, tu vai a fare il letto e pure io ci vengo". Forse non serve spiegare il doppio senso. Senza contare che le vendemmie potevano anche

Tessuto
C&C Milano.
Indirizzi
a pagina 114

DALLA PIGIATURA NEI TINI AL VINO “SCIENTIFICO”

essere notturne... Un'usanza tornata di moda, ma per via del caldo. Tra i dettami della raccolta ben fatta ce ne sono poi molti altri, tra il sensato e il profano: non si raccoglie mai a luna calante o in pieno sole, i cesti dell'uva dovrebbero essere fatti rigorosamente con corteccia di castagno ed essere in numero dispari per ogni filare. I grappoli, dal canto loro, non devono mai sbordare.

Un grande rito che inizia con il brindisi dell'uva levando in alto il primo grappolo. È il segnale: si parte! Mentre la fine la racconta bene Giosuè Carducci: “ma per le vie del borgo / dal ribollir de' tini / va l'aspro odor de i vini / l'anime a rallegrar”. Poesia che si intitola non a caso *San Martino*, il giorno in cui si spillava il novello. Da lì le feste dell'uva, che non mancano in un nessun anfratto d'Italia: s'assaggia il primo mosto, s'acconciano il vino cotto, i sughi (gelatine di succo d'uva) e le ciambelle al mosto. Aspettando la nuova vendemmia.

di Carlo Cambi,
giornalista esperto di gastronomia

Ci sono davvero molte cose da sapere quando si affronta un tema così sfaccettato come quello della vendemmia in Italia. Intanto che ci sono 600mila ettari di vigneto sparpagliati in tutto il nostro territorio. Se li mettessimo tutti insieme la loro superficie sarebbe più grande di quella della Liguria. Poi ci sono oltre cinquecento varietà di uva, che maturano in momenti diversi della stagione vendemmiale. Se devo fare una base spumante con dello Chardonnay o del Pinot Nero in Alta Langa o in Franciacorta, inizierò a raccogliere all'inizio di agosto. L'Aglianico, sul Vulture o in Irpinia, invece, non sarà maturo che agli inizi di novembre. In mezzo c'è tutto il resto. Il riscaldamento globale ha quasi ovunque fatto anticipare la maturazione e i viticoltori sono fra le persone che possono rendersi meglio conto del problema, tanto che si parla di innalzare le posizioni dei vigneti in futuro, quando si dovranno reimpiantare. Si parla anche di irrigazioni più abbondanti, esattamente come si fa in zone semidesertiche del Nuovo Mondo. Sta di fatto, comunque, che al di là di queste considerazioni, l'epoca della vendemmia ormai non è più quel momento agreste e bucolico che molti hanno nei loro ricordi; perché un parente che faceva vino lo hanno avuto più o meno tutti. Oggi, per ottenere uve adatte a produrre vino di qualità, ci vogliono conoscenze scientifiche, di agraria, di botanica, di biochimica, e tanta organizzazione nella raccolta e nella trasformazione. Perché, se è vero che la vendemmia nel suo complesso può abbracciare diversi mesi, è anche vero che in zone specifiche e per uve specifiche i processi di raccolta possono concentrarsi in un paio di settimane. Questo significa che, per quel periodo di tempo, veri eserciti di raccoglitori di uva e di addetti alle cantine opereranno nello stesso lasso di tempo. Coordinarli è determinante e il lavoro di agronomi, enologi e cantinieri in quei momenti è particolarmente delicato. Questo vuole anche dire che scienza, tecnologia e attrezzature adeguate fanno ormai la differenza fra un vino comune e un vino che invece voglia rappresentare territori e tradizioni attraverso caratteristiche organolettiche specifiche e inconfondibili. Più sono efficienti raccolta e vinificazione, meno si avrà bisogno di chimica, fra l'altro, perché scartare uve di scarsa qualità e portare quelle buone in cantina nel più breve tempo possibile significa proprio evitare trattamenti con sostanze conservanti, come ad esempio quelle antifermentative e antibotritiche, e ottenere alla fine un vino più sano e più autentico.

di Daniele Cernilli, giornalista e critico enologico





TORTA D'ERBE
pag. 44





FEDERICO FIORENTINI

INTERVISTA

Innamorata del vino

"IL VINO È IL MIO AMORE",
AFFERMA GRAZIANA
GRASSINI, ENOLOGA CHE
SEGUE DIVERSE AZIENDE
D'ECCELLENZA.

CI RACCONTA LA SUA**VENDEMMIA? ERA**

DA BAMBINA UNA BELLISSIMA
EMOZIONE RACCOGLIERE
IL FRUTTO DELLA VITE
E C'ERA TUTTO UN RITUALE
A CASA MIA: LA PASSIONE
DI MIO PADRE CHE FACEVA
IL VINO PER CASA E CONTAVA
SU QUEL VINO ANCHE
PER METTERE VIA DUE
SOLDI. C'ERANO IL RISPETTO,
L'AMORE PER LA TERRA
E LA COMPETENZA. SE PENSO
ALLA VENDEMMIA, PENSO
IN ROSSO, LA MIA UVA
È ROSSA. E POI C'ERA LA GIOIA
DELLA GRANDE MANGIATA
TRA I FILARI. ERA LA FESTA
DELL'UVA E DELL'AMICIZIA:
CI SI AIUTAVA DA UN PODERE
ALL'ALTRO.

**E QUELLA VENDEMMIA
L'HA PORTATA A FARE
L'ENOLOGA?**

SICURAMENTE LA PASSIONE
CHE MI PORTO DIETRO FIN
DA BAMBINA MI HA FATTO
SCOPRIRE L'AMORE
PER IL VINO. MA IO SONO
NATA A SCARLINO (GR), DOVE
CI SONO DIVERSI IMPIANTI
CHIMICI E COSÌ... HO FATTO
IL PERITO CHIMICO.

**E QUANDO È CAMBIATO
TUTTO? QUANDO**

HO CAPITO CHE IL VINO È
LA COMBINAZIONE DI TANTE
DISCIPLINE, SIA SCIENTIFICHE
CHE UMANISTICHE. IO CI HO
PERSO LA TESTA: È IL MIO
AMORE. SPERO DI MORIRE
FACENDO VINO!

LA VENDEMMIA È DONNA?

SÌ, ESSERE FEMMINE AIUTA
A PARLARE CON LA TERRA,
È QUESTIONE DI FERTILITÀ.
C.C.

TEMA DEL MESE **VENDEMMIA TRA PASSATO E PRESENTE****TORTA D'ERBE**

MEDIA

PER 8 PERSONE

PREPARAZIONE 1 ORA + IL RIPOSO

COTTURA 1 ORA E 20 MINUTI

280 CAL/PORZIONE

**400 g di farina tipo 2 – 12 g di lievito di birra
fresco – sale**

**per il ripieno 300 g di spinaci – 4 foglie di cavolo
cappuccio – 2 patate grandi – 1 cipolla – 1 cipollotto
– 1 costa di sedano – 1 carota – 2 spicchi d'aglio
– prezzemolo – basilico – menta – olio extravergine
d'oliva – sale – sepe**

1 Stemperate il lievito in 2,5 dl di acqua tiepida. Disponete la farina a fontana, versate al centro l'acqua con il lievito e lavorate solo il tempo necessario a ottenere un impasto omogeneo. Copritelo con un panno umido e fatelo riposare per 30 minuti. Spolverizzate con una presa di sale e impastate per incorporarlo. Coprite nuovamente e lasciate lievitare per 2 ore.

2 Pulite e lavate tutti gli ortaggi e le erbe. Lessate le patate con la buccia in acqua bollente. Intanto, tritate cipolla, cipollotto (anche un po' della parte verde), aglio, sedano e carota. Soffriggete il mix in padella con un po' d'olio, salate e aggiungete gli spinaci e il cavolo tagliati a striscioline. Cuocete coperto per 10 minuti unendo poca acqua se necessario. Scolate le patate, sbucciatele, schiacciatele con lo schiacciapate e aggiungetele alle verdure in padella. Regolate di sale, pepate e profumate con un trito abbondante di prezzemolo, basilico e menta.

3 Dividete l'impasto in 2 porzioni quasi uguali. Stendetele in due dischi e disponete il più grande in una teglia teglia bassa di 26 cm di diametro oliata. Aggiungete il ripieno di verdure e coprite con la sfoglia rimasta. Sigillate i bordi pizzicandoli, spennellate la torta con olio e infornatela a 200° per 40 minuti.

**MACCARUNE
DELLA VENDEMMIA**

FACILE

PER 8 PERSONE

PREPARAZIONE 30 MINUTI

COTTURA 30 MINUTI

410 CAL/PORZIONE

**640 g di mezze maniche – 150 g di pomodori secchi
– 6 filetti di acciuga sott'olio – 3 cucchiaini di capperi
sotto sale – 2 spicchi d'aglio – 1 peperoncino fresco
– origano fresco – 1 bicchiere scarso di vino rosso
– aceto di vino bianco – olio extravergine
d'oliva – sale**

1 Sciacquate i capperi e dissalateli in acqua fredda cambiandola 2-3 volte. Scottate i pomodori secchi in acqua bollente con 1 cucchiaino d'aceto per 3 minuti. Scolateli, strizzateli e tritateli grossolanamente.

2 Lessate la pasta in abbondante acqua bollente salata.

3 Intanto, scaldate 1/2 bicchiere di olio in un'ampia padella, unite l'aglio sbucciato e tagliato a grossi pezzi e il peperoncino a rondelle e stemperate le acciughe nel condimento con un cucchiaino di legno. Aggiungete i pomodori secchi, sfumate con il vino e unite i capperi strizzati; regolate di sale. Scolate la pasta al dente, versatela nella padella con il condimento e saltatela brevemente a fuoco vivo. Completate con un po' di origano a ciuffetti.

SCHIACCIATA CON L'UVA

MEDIA

PER 8 PERSONE

PREPARAZIONE 50 MINUTI + IL RIPOSO

COTTURA 30 MINUTI

370 CAL/PORZIONE

**600 g di farina 0 – 3 grappoli di uva nera
– 7 cucchiaini di zucchero di canna – 10 g di lievito
di birra disidratato – olio extravergine d'oliva
– sale**

1 Sciogliete il lievito in 2 dl di acqua tiepida. Disponete la farina a fontana, versate al centro l'acqua con il lievito e lavorate solo il tempo necessario a ottenere un impasto omogeneo. Copritelo con un panno umido e fatelo riposare per 30 minuti.

2 Aggiungete 1 cucchiaino di sale e 2 cucchiaini di olio e lavorate vigorosamente l'impasto finché si staccherà perfettamente dal piano di lavoro. Formate un panetto, ungetelo con olio, copritelo nuovamente e lasciatelo lievitare per 2 ore.

3 Sgranate l'uva, lavatela e asciugatela. Dividete la pasta a metà e stendetela in due rettangoli di circa 22x32 cm. Disponete una sfoglia in una teglia rettangolare bassa (delle stesse dimensioni della pasta) ben oliata. Distribuite sulla superficie metà dei chicchi d'uva e spolverizzate con 3 cucchiaini di zucchero. Adagiate sopra la seconda sfoglia e fatevi penetrare i chicchi d'uva rimasti premendo un poco. Condite con un giro d'olio e lo zucchero rimasto e lasciate lievitare per 1 ora. Infornate a 200° per 30-35 minuti.



Cesto Flor_Up.
Indirizzi
a pagina 114



SCHIACCIATA CON L'UVA



Cesto Etsy.
Indirizzi
a pagina 114



PATATE COTTE CON I PEPERONI

pag. 48

VUCCULOTTI SAPA E NOCI

pag. 48



Tavolo Fiorirà
un Giardino.
Indirizzi
a pagina 114



INTERVISTA

Il professore vigneron

LEONARDO VALENTI, È PROFESSORE DI VITICOLTURA ED ENOLOGIA ALLA STATALE DI MILANO E FIRMA ALCUNI DEI PIÙ GRANDI VINI ITALIANI. RACCONTA LA SUA PASSIONE, NATA PIGIANDO L'UVA CON I PIEDI.

PROFESSORE, RIMANE LA MAGIA DELLA VENDEMMIA? PER LE AZIENDE È IL MASSIMO ATTO PRODUTTIVO, DUNQUE HA UNA LOGICA ECONOMICA, MA PER CHI VENDEMMIA LA SACRALITÀ DELLA RACCOLTA È INTATTA NEI MILLENNI. SÌ, È UN RITO.

COME LO SPIEGA?

CON L'ATTO FINALE: È IL RACCOLTO, È LA SINTESI DI UNA FATICA E INSIEME UNA SPERANZA. È COME QUANDO SI AMMAZZA IL MAIALE. DEL RESTO VENDEMMIA E SACRIFICIO ANIMALE ERANO UN TEMPO RITI MAGICI.

SI SPIEGA COSÌ CHE ALCUNI VITIGNI SI CHIAMINO

PAGADEBIT? ESATTO!

I TREBBIANI E LE MALVASIE IPERPRODUTTIVI AI TEMPI DELLA MEZZADRIA ERANO I FRUTTI PER SALDARE IL CONTO COL FATTORE. OGGI NON È PIÙ COSÌ, ANCHE SE QUANDO DICI BUTTARE VIA UN GRAPPOLO AI VITICOLTORI PIÙ ANZIANI SI SENTONO MALE.

E LA SUA VENDEMMIA?

ERA PIÙ CHE ALTRO LA PIGIATURA DELL'UVA CON I PIEDI. IL NONNO COMPRAVA LE UVE NELLA BASSA, POI LE PORTAVA IN MONTAGNA E LÌ SI FACEVA IL VINO; POI SERVITO NEL RISTORANTE DEI MIEL. LA MIA PASSIONE PER IL VINO NASCE FORSE DA QUESTE BEVUTE CLANDESTINE DA ADOLESCENTE... C.C.

TEMA DEL MESE VENDEMMIA TRA PASSATO E PRESENTE

PATATE COTTE CON I PEPERONI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
270 CAL/PORZIONE

1 kg di patate – 2 peperoni rossi e 2 gialli – 1 cipolla di Tropea – 2 spicchi di aglio – 1 peperoncino fresco piccante – olio extravergine d'oliva – sale

1 Sbucciate le patate, lavatele, tagliatele a spicchi e immergetele in acqua fredda per 10 minuti; scolatele e asciugatele. Lavate i peperoni, puliteli e tagliateli a pezzettoni.

2 Scaldate 1/2 bicchiere d'olio in un'ampia padella, aggiungete l'aglio sbucciato e schiacciato e le patate e cuocetele per 10 minuti girandole un paio di volte. Unite i peperoni, salate e proseguite la cottura per 20 minuti.

3 Intanto, sbucciate la cipolla, affettatela e poi unitela alle altre verdure insieme al peperoncino ridotto a pezzetti. Cuocete per altri 20 minuti mescolando di tanto in tanto; regolate di sale.

VUCCULOTTI SAPA E NOCI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
390 CAL/PORZIONE

640 g di maccheroni – 200 g gherigli di noci – 6 cucchiaini di sapa (sciroppo d'uva, al supermercato e online) – 3 cucchiaini di pane grattugiato – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Tritate grossolanamente le noci. Tostate il pane grattugiato in una padella. Mettete entrambi in una grande ciotola con la sapa, 2 cucchiaini di olio e una presa di sale e mescolate.

2 Lessate i maccheroni in abbondante acqua bollente salata. Scolateli (tenete da parte un mestolino di acqua di cottura), versateli nella ciotola con il mix preparato e mescolateli unendo un po' d'olio e l'acqua tenuta da parte aggiungendola poca per volta fino a raggiungere la mantecatura desiderata; pepate.

CIAMBELLE AL MOSTO DEI CASTELLI

MEDIA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI + IL RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
360 CAL/PORZIONE

250 g di farina 00 – 250 g di farina Manitoba – 250 g di mosto di uva bianca (al supermercato e online) – 100 g di uvetta – 3 cucchiaini di zucchero a velo – 2 cucchiaini di zucchero semolato – 5 g di lievito di birra disidratato – 70 ml di olio extravergine d'oliva – sale

1 Mettete a bagno l'uvetta in acqua tiepida. Stemperate il lievito in un bicchierino di acqua e impastatelo con poca farina 00 e 1 cucchiaino di zucchero semolato in modo da ottenere un piccolo panetto. Copritelo con telo umido e lasciatelo lievitare per 30 minuti.

2 Lavorate il panetto con le farine rimaste, 1/2 cucchiaino di sale, lo zucchero semolato restante, il mosto di uva e l'olio: impastate a piene mani finché la pasta si staccherà perfettamente dal piano di lavoro. Incorporate l'uvetta scolata e strizzata e fate lievitare coperto per 30 minuti. Quindi mettete l'impasto in frigo per 8 ore.

3 Riportatelo a temperatura ambiente (ci vuole almeno 1 ora, anche 2) e dividetelo in 8-10 porzioni. Formate con esse dei filoni di 3 cm di diametro, attorcigliateli un poco e chiudeteli a cerchio sigillando le estremità. Trasferite le ciambelle su più teglie foderate con carta da forno (devono essere ben distanziate) e lasciatele lievitare ancora per 1 ora (scoperte). Infornatele a 200° per 15 minuti circa. Stemperate lo zucchero a velo con un po' d'acqua in modo da ottenere una glassa morbida e spennellatela sulle ciambelle ancora calde; lasciate raffreddare.

CIAMBELLE AL MOSTO
DEI CASTELLI





Con questa macchina si mettono sottovuoto pietanze in appositi sacchetti con zip o nella pellicola tubolare da tagliare nella misura desiderata; i sacchetti vanno in freezer e nel microonde, sono ideali per le marinature e per la cottura sous vide e si possono lavare per essere riutilizzati (cm 38,5x10,5x8h; € 119).

Tescoma

Indirizzi a pagina 114

sottovuoto

È LA SOLUZIONE IDEALE
PER CONSERVARE IL CIBO
CHE IN QUESTO MODO
MANTIENE PROFUMI, GUSTO
E NUTRIENTI. IN PIÙ
SI ABBATTONO GLI SPRECHI
CON NOTEVOLI VANTAGGI
PER L'AMBIENTE

a cura di **Monica Pilotto**, testo di **Martina Liverani**,
still life di **Felice Scoccimarro**, styling di **Alkémia**

Il tempo e lo spazio sono ciò di cui abbiamo più bisogno. A volte basta togliere un po' d'aria dalle cose per fare in modo che occupino meno spazio e ci facciano guadagnare tempo. Come? Partiamo dal principio.

La tecnica del sottovuoto ha radici antiche, ma è diventata una pratica comune solo qualche secolo fa. Nel XVII secolo fu il fisico francese Denis Papin, l'inventore della pentola a pressione, a introdurre il concetto di conservazione degli alimenti tramite l'assenza di aria. E sempre in Francia, nelle cucine del prestigioso ristorante tristellato La Maison Troisgros, nel 1974 lo chef Georges Pralus fu il primo a usare il principio della cottura sotto vuoto a bassa temperatura per cuocere in maniera perfetta il

suo foie gras. Da allora questo metodo è stato accolto con grande entusiasmo dagli chef di tutto il mondo. Ancora oggi la cottura sottovuoto, o sous-vide, è una tecnica molto popolare tra chef professionisti e appassionati di cucina e consiste nel cuocere

gli alimenti sigillati in un sacchetto sottovuoto a bassa temperatura per un periodo prolungato. Ciò consente all'alimento di cucinarsi in modo uniforme ed evitare che i succhi fuoriescano e si disperdano nel liquido di cottura. Questa tecnica, che assicura un controllo preciso della temperatura, garantisce una cottura perfetta ed esalta i sapori naturali degli alimenti, mantenendone le proprietà nutritive grazie alla bassa temperatura.

come grandi' chef

Il sottovuoto è una rivoluzione in cucina: combina efficienza, conservazione ottimale e innovazione culinaria anche grazie alla cottura sous vide, che permette di esplorare nuove frontiere del gusto e preserva al meglio la qualità degli alimenti

CHÂTEAUBRIAND ALLE ACCIUGHE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
20 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA
20 MINUTI
360 CAL/PORZIONE

2 fette di châteaubriand di 3-4 cm di spessore (circa 400 g ciascuna) conservate sottovuoto - 300 g di pomodori datterini - 4 acciughe sotto sale - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 ciuffo di basilico - 1 spicchio d'aglio - aceto bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

1 Con un coltello affilato incidete le châteaubriand in senso orizzontale, fermandovi prima di finire il taglio, in modo da creare in ognuna una tasca. Dissalate le acciughe in una ciotolina con acqua fredda e aceto per 10 minuti, asciugatele e tritatele con l'aglio sbucciato, un po' di basilico e prezzemolo. Farcite le fette di carne con il battuto preparato, avvolgetele con pellicola trasparente e lasciatele riposare per mezz'ora.

2 Lavate i pomodorini, asciugateli, sistemateli

su una placca con un filo di olio, sale e pepe e arrostiteli in forno caldo a 200° per 10 minuti. Intanto togliete la carne dalla pellicola e scottatela in una padella antiaderente con un filo di olio 2 minuti per lato.

3 Sistemate la carne sulla placca con ai pomodorini e proseguite la cottura per 10 minuti a 200°. Salate e servite con un filo di olio e qualche fogliolina di basilico.

Ma, prima di essere un metodo di cottura, il sottovuoto è un modo per conservare al meglio gli alimenti e oggi si trovano in commercio macchine sempre più performanti, che tolgono l'aria da sacchetti e barattoli. La mancanza di aria nei contenitori, e di conseguenza dell'ossigeno, riduce drasticamente l'ossidazione e la crescita microbica dei cibi conservati, prolungandone la freschezza, senza perdere sapore o qualità nutrizionali. Andrea Provenzani, chef del ristorante milanese Liberty e autore del libro *Cucinare Sottovuoto*, consiglia di non fare sacchetti troppo grandi, così da occupare poco spazio e consentire agli alimenti di scongelarsi rapidamente. Oltre a carne e pesce, anche verdure come caponata o verdure grigliate possono essere messe sottovuoto, ma sempre in strati bassi e uniformi per evitare che si rovinino. Così come sono ottime candidate per il sottovuoto frutta e verdure marinate, giardiniera o pesche alla malvasia.

I principali metodi di sottovuoto sono due: quello manuale che utilizza una pompa per estrarre l'aria da sacchetti o contenitori, e quello a campana, una tecnica professionale che prevede l'uso di macchine compatte, versatili e semplici da utilizzare, dotate di taglierino incorporato che chiude ermeticamente gli appositi sacchetti. Ma non si fermano a questo: svolgono anche funzioni di sigillatura e sottovuoto per contenitori, sacchetti dotati di valvola e rotoli. Il successo di queste macchine è indiscutibile ed è dovuto alla sostenibilità – zero sprechi – al risparmio di tempo e spazio e alla possibilità di preparare cibi sani e gustosi.





Il set frullatore a immersione con kit sottovuoto ErgoMixx e accessorio Fresh Vacuum comprende: bicchiere graduato, contenitore in vetro e sacchetti per il sottovuoto (€ 109). **Bosch da QVC**

Healthy Food Processing è completo di pompa sottovuoto che riduce l'ossidazione degli ingredienti, preservandone colori, gusto e nutrienti; ha 5 programmi, 9 velocità e modalità Single Serve o Family Serve per porzioni singole o multiple (€ 479). **Smeg**



Il sistema modulare Fresh&Save si è aggiudicato il Red Dot Award 2024 e comprende: pompa portatile, 2 sacchetti riutilizzabili perfetti anche per la cottura sottovuoto, 2 contenitori dotati di Qr code per ricordare la data di scadenza (€ 99,95). **Zwilling**



La sigillatrice Space Saving elimina l'aria, nemica del cibo fresco, da sacchetti e contenitori progettati per creare un perfetto sottovuoto in pochi secondi (€ 99,99). **FoodSaver**

utile e dilettevole

STORIE DI OGGETTI IN CUCINA

È il device più piccolo e potente sul mercato, con performance professionali: Dro!d crea il sottovuoto in 30 secondi all'interno di contenitori nei quali conservare cibi crudi e cotti fino a 5 volte più a lungo (€ 399). **BIPOD**



Compatta e facile da utilizzare, la macchina SSV32 si ripone in un cassetto dopo l'uso; il sottovuoto avviene in 10 secondi e i sacchetti si possono riutilizzare perché lavabili (€ 79). **H.Koenig**



Nel set da vino si trova il tappo per il sottovuoto che elimina l'aria dalla bottiglia, preservando così la qualità e gli aromi del vino; inclusi nel set: apribottiglie elettrico, aeratore e taglia capsule (€ 40,69). **Haier su amazon.it**

INTERVISTA



La parola allo chef

ANDREA PROVENZANI, CHEF DE IL LIBERTY DI MILANO, È AUTORE DEL LIBRO **CUCINARE SOTTOVUOTO** IN CUI TRATTA METODO DI CONSERVAZIONE, RICETTE E SEGRETI DI QUESTA TECNICA DI COTTURA.

QUAL È LA FUNZIONE PRINCIPALE DEL SOTTOVUOTO?

CONSERVARE ALIMENTI GIÀ PORZIONATI A LUNGO, ALZANDO ANCHE IL PROFILO QUALITATIVO DI CIÒ CHE SI PREPARA E RIDUCENDO LO SPRECO.

QUALI ALIMENTI SI CONSERVANO MEGLIO?

SENZ'ALTRO CARNE E PESCE: SI CONSERVANO, SIA CRUDI CHE PARZIALMENTE COTTI, OCCUPANDO MENO SPAZIO NEL FREEZER E POI SI SCONGELANO VELOCEMENTE. ANCHE CARNI O SUGHI DI PESCE: CON UNA PIANIFICAZIONE ACCURATA SI PUÒ SFRUTTARE AL MASSIMO QUESTA RISORSA.

UN CONSIGLIO DA ESPERTO? L'OLIOCOTTURA!

PRENDETE UN TRANCIO DI PESCE, INSACCHETTATELO CON OLIO, AGLIO, RAMETTI DI ODORI, BACCHE DI PEPE O GINEPRO. CUOCETELO AL VAPORE PER 6-7 MINUTI COSÌ DA OTTENERE UNA COTTURA CHE CONSERVA I PRINCIPI DEL PESCE SENZA DISPERSIONE. IN PIÙ, CON QUESTA TECNICA SI RIDUCE IL CALO DEL PESO DI ALMENO IL 50%.

pratica e potente

La Rolls-Royce delle macchine per sottovuoto VT3120-STV è dotata di doppia pompa di aspirazione e doppia barra saldante che permette una sigillatura più duratura; offre due potenze aspiranti regolabili, funzione marinatura rapida e si può usare sia con i rotoli sia con i sacchetti, così come con i barattoli grazie a un tubicino presente all'interno (€ 139). **Laica**





SKYR

IL PIACERE FRESCO
DI MONTAGNA

100% LATTE
dell'Alto Adige

+++
Proteine

0%
Grassi



LUOGHI ECCELLENTI

IGLESIENTE

NEL SUD OVEST DELLA SARDEGNA, L'ANTICA CITTÀ DI IGLESIAS DÀ NOME A UN TERRITORIO CHE RACCONTA LA GRANDE EPOPEA MINERARIA DELL'ISOLA UNENDOVÌ LO SPLENDORE DEL MARE, DELLE SPIAGGE, DEI FARAGLIONI E I SAPORI FORTI DELL'ENTROTERRA

a cura di Daniela Falsitta, testo di Enrico Saravalle, foto di Francesca Moscheni.
Si ringraziano il panificio Vargiu e la Trattoria 54 per le ricette e la realizzazione dei piatti

MUSTAZZEDDU

pag. 58



Lucia e Annamaria della pasticceria Invidia; a sinistra la pala d'altare della Cattedrale di S. Chiara e, a sinistra, Porto Flavia, dove i minerali venivano caricati sulle navi. In alto, Iglesias e nella pagina a sinistra, la spiaggia di Cala Domestica.





SUGO DI PECORA

Tagliate a pezzi 800 g di carne di pecora e fatela soffriggere con qualche cucchiaino d'olio. Tritate 1 piccola cipolla, 1 piccola costa di sedano e 1 carota e uniteli alla carne. Versate 250 ml di vino bianco e 500 d'acqua. Fate evaporare e unite 1 litro di passata di pomodoro. Cuocete ancora 1-2 ore finché la carne sarà tenera. Questo sugo è ottimo con i culurgiones o i ravioli di ricotta. Per 4 persone.



La Grotta di Santa Barbara, scoperta nel 1952 all'interno della Miniera di San Giovanni e visitabile grazie a un trenino. In alto, l'antico caffè Lamarmora, nell'omonima piazza di Iglesias. A destra, Paolo Pitzolu, titolare della cantina Arriali.

56 sale&pepe



CAPRA ALLA VERNACCIA

pag. 58



Paesaggi fatti di boschi e di campi, dove i cespugli di lentisco, rosmarino, corbezzolo e ginepro danno vita a un tappeto di profumi avvolgenti e inebrianti. Distese di ulivi che si fanno strada tra le rocce, alternandosi a vigneti centenari. E poi il mare che lambisce spiagge ma spesso accarezza falesie e dirupi rocciosi. A completare l'Iglesiente, nel Sud Ovest della Sardegna, una città dal passato nobile e glorioso. È la piccola Iglesias, a 40 km da Cagliari. Fenicia, Romana, Bizantina e poi Pisana, Catalana e Spagnola, ha avuto tante vite e ancora oggi il suo nucleo, racchiuso da imponenti fortificazioni medievali, parla di alcune di esse: i trascorsi pisani, per esempio, sono ancora visibili nei tratti di mura, nelle torri, nel castello Salvaterra e nella cattedrale di Santa Chiara, col suo insospettabile mix architettonico di romanico e gotico. Gli anni della dominazione catalana sono raccontati, invece, dalla chiesa di San Francesco, costruita in pietra vulcanica rossa. I periodi più recenti, cioè quando la Sardegna diventò parte dei domini sabaudi, vedono nuovi eclettismi, dal Liberty al Neogotico, che decorano case e palazzi ma anche architetture minerarie. Minerarie, certo. Perché Iglesias è stata la capitale del distretto più produttivo d'Europa per l'estrazione di piombo, zinco e argento. Oggi gallerie e pozzi, tunnel e laverie, antichi porti e villaggi fantasma sono inseriti nel Parco Geominerario della Sardegna, riconosciuto dall'Unesco. A partire dagli Anni '90 del secolo scorso, infatti, la dismissione degli impianti ha inaugurato una nuova vita per Iglesias&dintorni che sono diventati, a tutti gli effetti, mete turistiche e culturali. Già nel centro storico cittadino si visita, in un'affascinante palazzo liberty, il Museo dell'Arte Mineraria con minerali, fossili e reperti di archeologia industriale. Ma basta lasciarsi alle spalle Iglesias per avventurarsi in un mondo strano e affascinante: si inizia con la miniera di Monteponi e le sue "montagne rosse" (in realtà cumuli di zinco) e si continua con le gallerie della Miniera di San Giovanni. Qui si entra nella Grotta di Santa Barbara, la "cattedrale della montagna", come la chiamano le guide di Iglesias Turismo (iglesiasturismo.it), una cavità carsica dove stalattiti e stalagmiti danno vita a bassorilievi colorati dagli effetti sorprendenti. Il panorama minerario prosegue da Nebida a Buggerru, lungo la Costa delle Miniere, dove spiagge di

sabbia dorata e impalpabile come quelle di Fontanamare e di Cala Domestica si alternano a falesie, dirupi e rocce a strapiombo. Gli spettacoli naturali si rincorrono: le torri e le colonne del Canal Grande sprofondano in un mare blu e verde smeraldo, caverne come la Grotta Azzurra si alternano a calette e baie piccolissime che ospitano colonie di gabbiani. A tutto questo si aggiungono, ovviamente, le memorabilia del passato minerario: i villaggi dei minatori (Nebida, Masua, Buggerru), i ruderi a picco sul mare delle strutture da loro utilizzate come la Laveria Lamarmora, le gallerie lungo le quali venivano trasportati i minerali, le linee ferrate, le piccole stazioni a due passi dalla battigia. E poi il colpo di teatro di Porto Flavia: bello da vedere e da percorrere perché una galleria di poche centinaia di metri porta fino a un affaccio a picco sul mare con lo scenario maestoso di un faraglione oversize, il Pan di Zucchero, che chiude come una quinta il panorama da stordimento del golfo di Gonnese.

Nell'Iglesiente, dopo i monumenti, le miniere e il mare ci sono da scoprire anche le delizie della cucina, custodi di sapori semplici e tenaci. Tavola decisamente identitaria quella dell'Iglesiente dove il mare gioca un ruolo secondario rispetto alla terra che qui offre un catalogo di prodotti locali, citazioni dal territorio e preparazioni creative. La cucina tipica si ritrova nella pasta di casa, nei culurgiones (ravioli) conditi con ragù rustici di pecora o di capra o talvolta serviti con scaglie di bottarga di tonno, nel mustatzeddu (una focaccia dal cuore ripieno di pomodoro), nella panada (una torta salata con carne di capretto o agnello), nella fregula (granelli di semola) servita con salsiccia oppure con arselle. Il mare entra nella composizione dei menu locali soprattutto con preparazioni a base di tonno (il famoso tonno da corsa pescato a Carloforte), di frutti di mare (cozze, ostriche, arselle), di pesce azzurro. Come succede in tutta l'isola, nell'Iglesiente si produce dell'ottimo pecorino, affiancato ultimamente da formaggi di capra e ricotte affumicate. Il formaggio viene accompagnato dal *civraxiu*, il pane tradizionale, dalla classica forma tondeggiante, mentre *su cocoi* è considerato il pane delle feste, impreziosito da decori intagliati nella pasta. Il vino è soprattutto il rosso Carignano, una varietà autoctona a cui è stata dedicata una Strada del Vino, lungo la quale si scoprono minuscole aziende, vigne a ridosso del mare, enoteche disseminate in una cornice naturalistica che toglie il fiato.

Una torre saracena lungo la costa del comune di Iglesias caratterizzata da piccole baie e rocce spettacolari. Tra le località sul mare, Porto Paglia, Masua, Nebida e Cala Domestica.





MUSTAZZEDDU

(PANIFICIO VARGIU)

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 50 MINUTI
350 CAL/PORZIONE

per la pasta 200 g di semola di grano duro + quella per spolverizzare – 300 g di farina – 50 ml di olio extravergine d'oliva + quello per la lavorazione – 10 g di lievito di birra fresco – sale
per il ripieno 800 g di pomodori a grappolo dolci e maturi – 2 spicchi d'aglio – alcune foglie di basilico – olio extravergine d'oliva – sale

1 La sera precedente fate il ripieno. Tagliate i pomodori a pezzi, unitevi gli spicchi d'aglio tritati, 6 foglie di basilico spezzettate, un giro d'olio e sale, quindi lasciateli scolare in frigo conservando il liquido.

2 Il mattino seguente mescolate la semola e la farina. Sciogliete il lievito in 370 ml d'acqua e versatelo sulle farine creando un impasto, unite 15 g di sale e continuate fino a ottenere una pasta liscia, infine amalgamate anche l'olio, formate una palla e trasferitela in una ciotola unta d'olio. Coprite la ciotola con la pellicola e fate riposare in un luogo tiepido per almeno 5 ore o fino al raddoppio del volume.

3 Con i polpastrelli unti d'olio stendete l'impasto in un grande rettangolo e ripiegatelo più volte, dai bordi verso il centro in modo tale da dargli forza. Trasferite nuovamente la pasta nella ciotola, copritela e lasciatela riposare per altre 2 ore.

4 Con il mattarello stendete un disco dello spessore di 1,5 cm; copritelo con i pomodori preparati lasciando libero un bordo di circa 4 cm. Ripiegate questo bordo pulito verso l'interno coprendo solo parzialmente i pomodori. Spennellate il mustazzeddu con il liquido dei pomodori tenuto da parte, un filo d'olio e spolverizzatelo con pochissima semola. Cuocete nella parte bassa del forno per 50-60 minuti a 220° o fino a doratura controllando di tanto in tanto che non bruci. Il mustazzeddu si gusta soprattutto freddo, meglio ancora il giorno seguente, profumato con basilico fresco.



CAPRA ALLA VERNACCIA

(TRATTORIA 54)

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 2 ORE E 30 MINUTI
460 CAL/PORZIONE

1 kg di capra a pezzi (spalla o coscia) – 300 g di pomodori secchi sott'olio – 4 cipolle – 1 spicchio d'aglio – 1 ciuffo di prezzemolo – una bottiglia di Vernaccia – olio extravergine d'oliva – 4 foglie di alloro – sale

1 In un'ampia casseruola fate rosolare la carne di capra in qualche cucchiaio d'olio. Lasciate cuocere per un'ora aggiungendo un po' d'acqua di tanto in tanto; salate.

2 Sbucciate le cipolle, l'aglio e tritateli con i pomodori secchi sgocciolati. Aggiungete il trito alla carne e, dopo qualche minuto, unite mezzo litro di Vernaccia e le foglie d'alloro. Abbassate la fiamma e continuate a cuocere per un'altra ora abbondante versando se occorre altra Vernaccia e acqua finché la carne risulterà tenera e il fondo sugoso. Verso la fine unite il prezzemolo tritato e, se vi piace, guarnite con altri pomodori secchi.

TRIPPA ALL'IGLESIENTE

(TRATTORIA 54)

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 20 MINUTI
740 CAL/PORZIONE

1 kg di trippa già pulita – 200 g di lardo – 500 g di passata di pomodoro – 3 spicchi d'aglio – mezza cipolla – mezza costa di sedano – peperoncino secco – 1 ciuffo di menta – 1 bicchiere di vino bianco – sale

1 Tagliate la trippa a striscioline sottili. Tritate finemente il lardo, l'aglio, la cipolla, il sedano e la menta e fateli soffriggere in una casseruola preferibilmente di terracotta. Unite la trippa, lasciatela rosolare per qualche minuto e sfumate con il vino bianco.

2 Quando il vino sarà evaporato, versate la passata di pomodoro. Salate e unite un peperoncino tritato. Lasciate cuocere a fuoco dolcissimo per un'ora o finché la trippa risulterà morbida e il pomodoro ben addensato. Se vi piace, guarnite con foglie di menta, peperoncino secco e servite con pane carasau.

TACCUINO DI VIAGGIO

TRATTORIA 54

VIA VALVERDE 54, IGLESIAS
TEL. 0781 42532
È QUI CHE ABBIAMO FOTOGRAFATO I PIATTI DEL NOSTRO SERVIZIO. IN MENU ANCHE LUMACHE IN SALSA PICCANTE, PORCHETTO ALLO SPIEDO, CULURGIONES IN SALSA DI ARANCIA E BOTTARGA.

ZENITH

VIA CAGLIARI 113, IGLESIAS
TEL. 0781 435492
MENU DEL TERRITORIO CON QUALCHE CONTAMINAZIONE: CULURGIONES AL BURRO DI TARTUFO E NOCCIOLE, COZZE FRITTE SU CREMA DI POMODORO ALLO ZAFFERANO, TEMPURA DI GAMBERI E CARCIOFI.

OASI BEACH

CALA DOMESTICA, BUGGERRU
TEL. 0781 1896483
CHIRINGUITO CON VISTA SU UNA TORRE SARACENA DOVE DEGUSTARE PROSCIUTTO DI OLIENA, GUANCIALE DI DESULO, OLIVE DI DOLIANOVA, FORMAGGI VARI.

ALEX

VIA VALVERDE 8D, IGLESIAS, T. 348 3715489
PANE CARASAU CON PECORINO, CARCIOFI E BOTTARGA, FREGULA CON FRUTTI DI MARE.

PANIFICIO VARGIU

CORSO MATTEOTTI 18, IGLESIAS
IL FORNO ULTRACENTENARIO CHE PER NOI HA PREPARATO IL MUSTAZZEDDU. DA COMPRARE ANCHE IL COCOI PINTAU (IL PANE CHE PARE UN MERLETTO).

NINETTA RIZZO

VIA SARCIDANO 20, IGLESIAS
CERAMICHE CON I MOTIVI DELLA TRADIZIONE COME IL BALLO TONDO E LA PAVONCELLA.

FRANCO ZEDDA

VIA CAGLIARI 106, IGLESIAS
LABORATORIO DI GIOIELLI IN FILIGRANA D'ARGENTO.

BOI

LOCALITÀ MARTIADAS, IGLESIAS
AZIENDA AGRICOLA DOVE ACQUISTARE CREME DI ZUCCA GRIGLIATA E DI MELANZANE, COMPOSTE DI CORBEZZOLI E DI FICHI D'INDIA, SOTTOLI DI CARCIOFI E DI CARDI SELVATICI.

INVIDIA

VIA PISANI 39, IGLESIAS
PAPASSINE, PASTIGLIE, PIRICHITTUS, PARDULAS E ALTRI DOLCI DI TRADIZIONE.

FRATELLI SECCI

VIA MESSINA 21, IGLESIAS
PRODUCE LO SCIVU, UN FORMAGGIO PREPARATO CON UN MIX DI LATTE CRUDO DI PECORA E CAPRA.

ARRIALI

LOC. S'ARRIALI, IGLESIAS (SU)
PICCOLA CANTINA CON CINQUE ETICHETTE DA VITIGNI AUTOCTONI (VERMENTINO, MOSCATO E CARIGNANO) E INTERNAZIONALI (SYRAH, MERLOT).



TRIPPA
ALL'IGLESIENTE

IGLESIENTE LUOGHI ECCELLENTI



Il Museo dell'Arte Mineraria di Iglesias che mostra le tecniche per il trasporto del materiale. In basso, il titolare dell'Azienda agricola Boi, dove acquistare ottime conserve; un passaggio attraverso il Pan di Zucchero; la ceramista Ninetta Rizzo.



SALE&PEPE PER ALDI

Uva da tavola

DAL FILARE AL CARRELLO

COME SI OTTENGONO I GRAPPOLI PIÙ BUONI? CE LO HA SPIEGATO ALDI CHE IN SICILIA HA TROVATO COLTIVAZIONI ATTENTE ALL'AMBIENTE E VARIETÀ DI UVA DOLCE, SUCCOSA E DAL PERIODO DI MATURAZIONE DIVERSIFICATO. QUELLA CHE SI ACQUISTA NEI SUOI NEGOZI

testo di Riccardo Lagorio, foto di Felice Scoccimarro



Nei colori indefiniti dell'alba rettangoli più scuri si fanno largo tra campi di frumento ormai mietuti, olivastri e mandorli. Ma in un battibaleno l'indaco acquista nuance rosa e arancioni e le forme vaghe e sfocate lungo le trazzere sono più distinte e riconoscibili: sono tendoni. Riparano le viti dalla grandine e, al tempo stesso, fortificano gli acini riflettendo il calore della terra.

Siamo in Sicilia, sulle colline di Mazzarrone, una delle capitali dell'uva da tavola, un'area in cui ALDI ha creduto, scegliendo di fidelizzare il rapporto con i fornitori locali per portare quei grappoli Igp nei propri negozi del Nord Italia. Prima che sulla campagna il sole si faccia feroce,

gli addetti alla raccolta sono già al lavoro. In verità qui i contadini sono impegnati tutto l'anno. Da maggio a ottobre si dedicano alla raccolta delle diverse varietà di uva a maturazione scalare, negli altri mesi alla cura di cui hanno bisogno le piante: dalle frequenti potature alla legatura dei nuovi tralci, dalla recisione dei grappoli non idonei alle operazioni necessarie per garantirne una perfetta maturazione. Tra queste lo sfoltimento delle foglie che si effettua fin quasi alla raccolta. Un'operazione delicata, da queste parti detta *acinino*, è il diradamento degli acini più piccoli e non proporzionati, della quale per consuetudine si occupano solo le donne: è un'azione fondamentale per rendere i grappoli più omogenei e favorirne la maturazione. *segue >*

A sinistra, i filari d'uva Italia nelle campagne di Mazzarrone, in provincia di Catania, vocate alla coltivazione dell'uva da tavola. Qui sopra, da sinistra: i tendoni che fortificano i grappoli riflettendo il calore della terra; l'irrigazione della varietà Sweet Globe; l'operazione di defogliazione. Sotto, da sinistra: una varietà di uva nera senza semi e l'invaso per il recupero dell'acqua piovana.



Nella sequenza più in alto: due immagini che mostrano raccolta e pulizia dell'uva Vittoria; al centro un bel grappolo della varietà Sweet Globe e, a seguire, la sistemazione nelle cassette e l'uva di varietà Sweet Nectar (acini rossi); entrambe le tipologie Sweet Globe e Sweet Nectar sono senza semi e giungono a maturazione tra luglio e settembre. In basso, le fasi del trasporto in azienda e le operazioni di confezionamento. Una volta inseriti nelle apposite vaschette di identico peso, i grappoli verranno sottoposti all'abbattimento del calore latente e portati a circa 3° in modo che si conservino freschi più a lungo. Entro 72 ore dalla raccolta dovranno già essere consegnati nei supermercati Aldi.



I meticolosi interventi manuali sono centrali per fornire ai clienti finali un'uva di grande pregio: proprio per questo ALDI ha scelto un territorio che, grazie al clima, ai terreni calcarei e a una rete di collaboratori assai competente, è particolarmente adatto alla crescita e alla maturazione dei frutti. Nell'area di Mazzarrone i disciplinari, condivisi da ALDI con i produttori, sono volti al contenimento dell'uso di fitofarmaci al di sotto dei limiti di legge e vengono applicati con scrupolo. Il rispetto di tali specifiche viene verificato attraverso un fitto programma di analisi eseguite regolarmente da laboratori accreditati. La cura riguarda anche il contenimento di consumo dell'acqua, un bene prezioso, specie da queste parti. L'irrigazione avviene infatti grazie a un sistema di irrorazione a goccia

che riduce al minimo gli sprechi. L'acqua inoltre è captata da invasi alimentati dalle piogge per mezzo di scanalature tra un telone e l'altro.

Così ogni mese ha la sua raccolta

In agro di Mazzarrone alcuni imprenditori virtuosi, attentamente selezionati da ALDI, hanno messo a dimora, oltre alle tradizionali uve di varietà Vittoria e Italia (entrambe contemplate nel disciplinare di produzione IGP), una mezza dozzina di specie senza semi. Croccanti e dal sapore intenso, rispondono all'evoluzione dei desideri dei clienti e sono pure in grado di giungere a maturazione in un arco temporale ben distribuito tra giugno e novembre. L'insieme di questi fattori consente ad ALDI di offrire un prodotto dalle caratteristiche costanti e un





giusto rapporto tra qualità e prezzo per un arco temporale assai ampio. Così si assicurano rigidi standard di qualità e si garantisce la varietà richiesta da un mercato in cui si sta facendo largo, specie tra i giovani, la preferenza di un'uva senza semi. Le varietà tradizionali sono la Vittoria (che matura tra giugno e metà agosto) e l'Italia (da metà agosto a novembre), protette dal marchio di tutela IGP. Le uve senza semi sono le bianche Sweet Globe (luglio-settembre) e l'Autumn Crisp (settembre-novembre) e le rosse Sweet Nectar (luglio-settembre) e Sweet Celebration (settembre-novembre).

Un viavai di trattori e piccoli rimorchi fa quindi la spola dalla tarda primavera all'autunno tra i declivi coltivati e il vicino centro di lavorazione. Alla manualità dei campi qui fa

eco un'avanzata tecnologia nella fase di confezionamento. È pur vero che le donne fanno un'ultima cernita dei grappoli da inserire nelle vaschette, ma un sistema di selettori ottici (telecamere) consente di distinguere e di inviare al confezionamento contemporaneamente sulla stessa linea uva bianche e rosse. Le vaschette, chiuse da una sottile pellicola di polietilene per ridurre l'utilizzo di plastica e rispettare l'ambiente, sfrecciano su un nastro trasportatore verso il controllo finale, effettuato da una bilancia digitale in grado di scartare le vaschette dal peso non corretto. Alla fine sono riposte in una cella intorno ai 3°, che abbate il calore latente dell'uva affinché si conservi meglio. Entro 72 ore dalla raccolta li troveremo nel banco di ALDI sotto casa.



Inquadrare il QR Code o digitare **www.salepepe.it/branded-channel/uva-da-tavola-come-si-coltiva** per vedere il nostro video reportage dedicato alla coltivazione dell'uva Aldi in Sicilia.



METTI IN AGENDA LA TUA SALUTE

Scopri tutti i nostri servizi online

Con l'App GSD puoi:

- **Prenotare visite specialistiche** per te o un tuo caro, in tutte le strutture di Gruppo San Donato
- **Effettuare video-visite** in Telemedicina con gli specialisti del Gruppo
- **Scaricare referti online**

**Prenotare è facile,
veloce e pratico**



**Gruppo
San Donato**



in cerca di nuovo
DECOR, DESIGN E DINTORNI

Mode e manie

KITCHEN REMIX

di Monica Pilotto

Ogni mese nuovi protagonisti sulla tavola e in cucina: piatti, tovaglie, piccoli elettrodomestici che rendono speciali i momenti di convivialità



La magia del vetro soffiato a bocca e rifinito a mano si diffonde sulla tavola grazie alla caraffa Talea di **Carlo Moretti**, proposta in tre versioni, tutte firmate, numerate e datate al termine della lavorazione; per la produzione di questa caraffa l'antica arte vetraria muranese si intreccia alla tecnica recente con il taglio al laser, utilizzata per sagomare la struttura in acciaio inox con effetto brunito che funge da manico e viene incorporata direttamente nel vetro (diam. cm 11x27h, € 333).



Per una mise en place dal fascino mediterraneo non possono mancare sulla tavola i piatti della collezione Messina in porcellana vetrificata, garantiti a vita contro le sbecature grazie alla garanzia "Made For Life". Perfetti per pranzare all'aria aperta, portano in tavola tutti i colori del mare grazie ai decori che sfumano dal blu oltreoceano all'azzurro chiaro. In collezione si trovano quattro piatti piani a partire dal più grande (diam. cm 28, € 17,80) e due piatti fondi-ciotole del diam. di cm 25 e cm 21. Tutti firmati **Steelite** distribuita da **FSG Italia**

Arriva dal Giappone la griglia da tavolo Shichirin, ideale per una cenetta tête-à-tête oppure per uno sfizioso bbq tra amici. Sullo Shichirin si può cucinare un pasto gourmet e sentirsi veri chef: regolando le bocchette di ventilazione si crea la perfetta circolazione d'aria, consentendo di modulare la temperatura. Shichirin è in ceramica con quarzo e cordierite e la griglia è in acciaio inox (diam. cm 31, € 199). **Yakiniku** distribuito da **Schoenhuber**

Per celebrare il 60° anniversario della stampa Unikko, il papavero più iconico e riconosciuto nel mondo, progettato nel 1964 da Maija Isola, **Marimekko** presenta una nuova collezione e ripropone il famoso pattern in svariate dimensioni e in tanti colori: piatti per la tavola a forma di fiore Unikko, nuovi e brillanti colori per i papaveri che sbocciano su nuovi tessuti, ciotole, tazze, vassoi in legno di betulla, barattoli e mug come questa in ceramica (diam. cm 8, € 23). **JVStore** di **Jannelli&Volpi**

Rallentare i ritmi frenetici e godersi una buona e sana prima colazione: questo è uno dei buoni propositi da mettere in atto al rientro delle vacanze. Per fare ciò serve il tostapane Artisan di **KitchenAid** con due ampi scomparti e 7 livelli di doratura, timer a Led, modalità Bagel capace di tostare con maestria bagel e fette di pane, dorando la parte esterna e tostando quella interna; a questi si aggiunge la funzione scongelamento e riscaldamento più l'abbassamento e la fuoriuscita automatica delle fette. La struttura è in metallo pressofuso ed è disponibile in 11 colori (cm 18x34,8x22,6h, € 329).

Questo periodo regala primizie da preservare per lungo tempo ed è bene far uso di prodotti per la conservazione adatti all'uso domestico. Essiccare frutta e verdura è un buon metodo per consumare le delizie estive anche fuori stagione. Per fare ciò serve l'essiccatore elettrico. Dotato di sistema di ventilazione ad aria calda, regolazione di tempo e temperatura, con cinque vassoi impilabili sui quali disporre tanti prodotti diversi nello stesso tempo e funzione EcoCare con risparmio di energia rispetto al forno tradizionale (cm 32x24x30h, € 129). **Tescoma**



PASTA FRESCA CON SUGHI DI MARE

FORMATI CLASSICI
E NON, A VOLTE
AROMATIZZATI
E COLORATI,
SI SPOSANO CON
RICCHI CONDIMENTI
DI PESCE, ORTAGGI
ED ERBE. PIATTI
IMPORTANTI
DI GRANDE
SODDISFAZIONE

a cura di Cristiana Cassé

TAGLIATELLE BIANCHE
E NERE ALLO SCOGLIO

pag. 74



TAGLIATELLE AI CALAMARI
RIPIENI

pag. 74





RAVIOLI ALLA MARINARA

pag. 74



REGINELLE CON INVOLTINI
DI SPADA

pag. 74

TORTELLI ORTOLANI
AL RAGÙ DI CERNIA

pag. 75



TAGLIOLINI AL NERO
DI SEPPIA CON TRIGLIE

pag. 75





FAGOTTINI AI GAMBERI

pag. 75



TAGLIATELLE BIANCHE E NERE ALLO SCOGLIO

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 35 MINUTI
560 CAL/PORZIONE

per la pasta 200 g di farina 00 + quella per il piano – 200 g di semola rimacinata di grano duro – 4 uova – 5 g di nero di seppia – sale
per il condimento 300 g di gamberoni – 200 g di cozze – 100 g di vongole – 200 g di passata di pomodoro – 3 ciuffi di prezzemolo – 2 spicchi d'aglio – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Fate spurgare le vongole in acqua salata per 2 ore cambiandola più volte. Intanto, preparate la pasta. Miscelate 100 g di farina con 100 g di semola e lavoratele con 2 uova e una presa di sale per ottenere un impasto omogeneo. Lavorate allo stesso modo gli ingredienti per la pasta rimasti unendo il nero di seppia. Avvolgete gli impasti con la pellicola e metteteli in frigo per 1 ora. Stendeteli con la macchinetta fino alla penultima tacca e ricavate le tagliatelle con l'apposito rullo. Allargatele su un piano infarinato.
2 Preparate condimento. Lavate le cozze e mettetele in un'ampia padella con le vongole sgocciolate, poco olio e 1 spicchio d'aglio sbucciato: cuocete coperto per pochi minuti a fiamma viva per far aprire le conchiglie. Sgusciate (tranne alcune per guarnire) e filtrate il liquido. Nella stessa padella, rosolate l'aglio rimasto sbucciato con un po' d'olio, unite la passata di pomodoro e il liquido filtrato, salate, pepate e cuocete per 10 minuti. Unite i gamberoni sgusciati e puliti (tranne 4) e proseguite la cottura per 2-3 minuti. Incorporate i molluschi sgusciati e togliete dal fuoco. Saltate i gamberoni interi con un filo d'olio e sale e per 3-4 minuti.
3 Lessate le tagliatelle, scolatele al dente e saltatele con il condimento. Completate con i gamberi interi, i molluschi in guscio tenuti da parte e il prezzemolo spezzettato.



TAGLIATELLE AI CALAMARI RIPIENI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
610 CAL/PORZIONE

500 g di tagliatelle fresche – 400 g di pomodorini – 8 calamari puliti – 50 g di olive taggiasche denocciolate – 30 g di nocciole spellate – 30 g di mollica di pane secco – 1 cipollotto – 1 ciuffo di prezzemolo e 1 di basilico – 2 rametti di origano fresco – 1 dl di brodo di pesce – 1 albume – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Staccate i tentacoli dei calamari e tritateli. Ammollate la mollica con la metà del brodo. Tritate le olive. Tagliate a metà i pomodorini lavati. Tritate le nocciole con il basilico e il prezzemolo lavati e mescolatele con le olive, la mollica strizzata, i tentacoli, l'albume, sale e pepe. Farcite le sacche dei calamari con il ripieno.
2 Pulite il cipollotto, tritatelo con l'origano e soffriggetelo in un tegame con un po' d'olio. Unite i calamari farciti e rosolateli per 2 minuti. Bagnate con il brodo rimasto, aggiungete i pomodorini e cuocete a fiamma vivace per altri 7 minuti; regolate di sale.
3 Lessate la pasta, scolatela al dente e saltatela con il condimento: riducete i calamari a fette e servite.

RAVIOLI ALLA MARINARA

ELABORATA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 55 MINUTI
680 CAL/PORZIONE

per la pasta 310 g farina 00 + quella per il piano – 3 uova – 1 cucchiaino di brodo di pesce
per il ripieno e il condimento 600 g di vongole veraci – 400 g di polpa di gallinella – 4 gamberi puliti e 4 interi – 4 pomodori ramati – 2 piccole cipolle – 2 spicchi d'aglio – 1 mazzetto di prezzemolo – 1 dl circa di brodo di pesce – 1/2 bicchiere di vino bianco – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Fate spurgare le vongole in acqua salata per 2 ore cambiandola più

volte. Intanto, preparate la pasta. Lavorate la farina con le uova e il brodo di pesce per ottenere un impasto omogeneo. Avvolgetelo con pellicola e mettetelo in frigo per 30 minuti.

2 Tritate 1 cipolla e 1 spicchio d'aglio sbucciati con metà del prezzemolo lavato e rosolate il mix in una casseruola con un po' d'olio. Unite la gallinella a pezzetti, sfumate con il vino e cuocete per 10 minuti. Frullate il tutto con il brodo necessario per ottenere un ripieno morbido ma non molle; regolate di sale.

3 Tirate la pasta in una sfoglia sottile su un piano infarinato, tagliatela in quadrati di 6-7 cm e distribuite il ripieno su metà di essi. Coprite con i quadrati rimasti e sigillate i bordi.
4 Rosolate aglio, cipolla e prezzemolo rimasti come al punto 2. Unite le vongole sgocciolate e cuocete coperto per pochi minuti a fiamma viva per farle aprire. Sgusciate (tranne alcune per guarnire) e filtrate il liquido di cottura. Tagliate a dadini i pomodorini lavati e fateli saltare in un ampio tegame con un po' d'olio per 5 minuti. Unite il liquido delle vongole e i gamberi (interi e a tocchetti) e cuocete per 10 minuti. Aggiungete le vongole (interi e sgusciati), regolate di sale e fate insaporire per qualche istante. Lessate i ravioli, scolateli con un mestolo forato, mescolateli delicatamente con il condimento e pepate.

REGINELLE CON INVOLTINI DI SPADA

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 35 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

per la pasta 300 g di semola rimacinata di grano duro + quella per la lavorazione – 3 uova – 1/2 cucchiaino di semi di finocchio – sale
per il condimento 500 g di pomodorini – 300 g di fettine di pesce spada – 100 g di pangrattato – 2 cipolle – 1/2 limone e 1/2 arancia non trattati – 30 g di pinoli – 30 g di uvetta – 1 mazzetto di prezzemolo – 1 spicchio d'aglio – 1/2 dl di vino bianco – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Fate ammorbidire l'uvetta in acqua tiepida per 30 minuti. Intanto, preparate la pasta. Frullate i semi di finocchio, mescolateli con la semola e una presa di sale e lavorate il mix con le uova per ottenere un impasto omogeneo. Avvolgetelo in un telo infarinato e lasciatelo riposare per 30 minuti. Tirate la pasta in sfoglie sottili con la macchinetta e tagliatela in strisce larghe 2-3 cm con una rotella dentellata. Fatele riposare su un piano infarinato per 30 minuti.

2 Ricavate la scorza grattugiata e il succo degli agrumi lavati. Sbucciate mezza cipolla, tritatela e rosolatela in un tegame con un po' d'olio per 3 minuti. Unite il pangrattato, lasciatelo dorare mescolando, irrorate con il succo degli agrumi, levate dal fuoco e lasciate gonfiare. Unite la scorza, il prezzemolo lavato e tritato, i pinoli spezzettati e l'uvetta strizzata. Salate, pepate e mescolate. Distribuite il composto sulle fette di spada, arrotolatele e fissate ognuna con uno stecchino.

3 Sbucciate le cipolle rimaste e l'aglio, tritateli e rosolateli per 5 minuti con un po' d'olio. Unite i pomodorini lavati e tagliati a spicchi e cuocete per 10 minuti a fiamma media mescolando. Aggiungete gli involtini, sfumate con il vino, regolate di sale, pepate e cuocete coperto per 10 minuti. Lessate le reginelle, scolatele e mescolatele con il condimento.

TORTELLI ORTOLANI AL RAGÙ DI CERNIA

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 50 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

per la pasta 300 g di farina 00
+ quella per il piano - 3 uova - sale
per ripieno e il condimento 500 g di pomodorini - 500 g di melanzane lunghe - 250 g di polpa di cernia - 100 g di burrata - 20 g di pinoli - 1 albume - 1 spicchio d'aglio - 1 ciuffo di basilico - 2 rametti di timo - 1 rametto di rosmarino - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

1 Preparate la pasta. Lavorate la farina con le uova e una presa di sale per ottenere un impasto

omogeneo. Avvolgetelo con pellicola e fatelo riposare in frigo per 30 minuti.

2 Tritate il rosmarino con il timo e metà del basilico. Lavatele melanzane e tagliatele a metà nel senso della lunghezza. Incidetene la polpa a griglia, conditele con il trito, sale e olio e infornatele 180° per 25 minuti. Ricavate la polpa e frullatela con la burrata, l'albume; regolate di sale e pepate.

3 Tirate sottilmente la pasta su un piano infarinato e intagliatela in cerchi di 10 cm di diametro. Farciteli con il ripieno preparato, piegateli a metà e sigillate i bordi.

4 Rosolare l'aglio sbucciato con 4 cucchiaini di olio, i pinoli e il basilico rimasto spezzettato, unite i pomodorini a spicchi e saltateli per 5 minuti a fiamma viva. Salate, aggiungete il pesce dadini e cuocete per altri 6 minuti. Lessate i tortelli, scolateli con un mestolo forato e mescolateli con il condimento.

TAGLIOLINI AL NERO DI SEPPIA CON TRIGLIE

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 40 MINUTI
490 CAL/PORZIONE

per la pasta 330 g di farina 00
+ quella per la lavorazione - 3 uova - 6 g di nero di seppia - 1 cucchiaino di vino bianco - sale
per il condimento 300 g di filetti di triglia - 300 g di bietoline - 300 g di pomodorini - 2 spicchi d'aglio - 1 peperoncino secco - olio extravergine d'oliva - sale

1 Preparate la pasta. Sbattete le uova con il nero di seppia, il vino e una presa di sale e lavoratele con la farina per ottenere un impasto omogeneo. Avvolgetelo con pellicola e mettetelo in frigo per 30 minuti. Tirate la pasta in sfoglie sottili con la macchinetta e ricavate i tagliolini con l'apposito rullo; allargateli su un piano infarinato.

2 Sbucciate l'aglio e rosolatelo in una larga padella con un po' d'olio e il peperoncino. Unite i pomodorini lavati e tagliati a spicchi e saltateli a fiamma viva per 10 minuti. Aggiungete le bietoline lavate e spezzettate, salate e lasciate

stufare per 10 minuti. Unite il pesce ridotto a tocchetti e cuocete per altri 5-6 minuti.

3 Lessate i tagliolini al dente, scolateli lasciandoli un po' umidi e mescolateli con il condimento.

FAGOTTINI AI GAMBERI

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
520 CAL/PORZIONE

per la pasta 300 g di farina 00
- 3 uova - sale
per il ripieno 500 g di gamberi puliti
- 100 g di passata di pomodoro - 30 g di pangrattato - 1 scalogno - 1 cucchiaino di prezzemolo tritato + qualche foglia intera - 2 dl di brodo di pesce - 1 dl di vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe
per il condimento 12 gamberi puliti
- 1 scalogno - 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro - 3-4 rametti di prezzemolo - 1 dl di brodo di pesce - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

1 Preparate la pasta. Lavorate la farina con le uova e una presa di sale per ottenere un impasto omogeneo. Avvolgetelo nella pellicola e mettetelo in frigo per 30 minuti.

2 Preparate il ripieno. In una padella rosolate lo scalogno tritato con 2 cucchiaini d'olio. Unite passata di pomodoro, brodo e vino e fate addensare per 10 minuti a fuoco vivo. Aggiungete i gamberi a pezzetti e il pangrattato e lasciate cuocere ancora per 3-4 minuti.

Unite il prezzemolo tritato, regolate di sale, pepate e frullate il tutto.

3 Tirate pasta in sfoglie sottili con la macchinetta e intagliatele in quadrati di 6 cm di lato. Mettete al centro di ognuno una nocciola di ripieno e chiudete i quadrati a fagottino sigillando i bordi.

4 Preparate il condimento. Soffriggete lo scalogno sbucciato e tritato con 3 cucchiaini d'olio, unite il concentrato di pomodoro sciolto nel brodo e cuocete per 4 minuti. Aggiungete i gamberi tagliati a metà nel senso della lunghezza e proseguite la cottura per 2-3 minuti. Lessate ravioli, scolateli al dente e saltateli nel sugo. Completate con le foglie di prezzemolo.



BERE BENE



Bianchi di Liguria

Con appena 73.000 ettolitri di produzione annua, litro più litro meno, e 1.900 ettari di vigneti, la Liguria è una delle regioni vitivinicole più piccole dell'intero panorama nazionale. Il rapporto della Liguria con il vino, però, è tra i più stretti e tradizionali. Perché se piccolo è bello, come si sente dire spesso a proposito delle cantine, allora qui siamo proprio nella situazione ideale. Molto è dovuto alla conformazione orografica della regione: una piccola e stretta pianura costiera, fortemente urbanizzata, con subito alle spalle le colline inframmezzate da piccoli corsi d'acqua. Ma bastano pochi chilometri e le colline diventano vere e proprie montagne. Le Alpi liguri comprendono due catene montuose separate dal Colle di Cadibona: a est l'Appennino ligure corre fino al Passo della Cisa, tra La Spezia e Parma; mentre a ovest le Alpi liguri arrivano fino al Colle di Tenda che le divide dalle Alpi Marittime e dalle Prealpi di Nizza in Francia. Siamo perciò in una delle zone mediterranee più settentrionali, almeno a occidente, con microclimi davvero particolari e straordinari. Qui s'incontrano due mondi e fin dove arriva la coltura dell'ulivo possiamo parlare di mondo mediterraneo, quando invece prevalgono le montagne inizia la cesura con quella che al di là del Passo del Turchino ci si aprirà davanti: la Valle del Po.

A Levante, tra vigneti a picco sul mare

La viticoltura, prevalentemente bianchista, è praticamente tutta in ambito collinare, con diverse denominazioni che la caratterizzano in modo unico. Per di più, proprio per come

DAI TERRAZZAMENTI
DOVE LA VITICOLTURA
PUÒ DIVENTARE EROICA,
ARRIVANO I FRESCHI
VERMENTINI, I DOLCI
SCIACCHETRÀ E I PIGATI PIÙ
CORPOSI E SALINI. OGNUNO
DAL CARATTERE DIVERSO
CONFERITO DA MICROCLIMA,
SUOLO ED ESPOSIZIONE

a cura di Monica Pilotto, testo di Daniele Cernilli

sono state piantate le vigne, in molte zone ci sono prevalentemente dei terrazzamenti. Ma andiamo con ordine, magari geografico, così si capisce meglio dove si produce e come. Da est o, meglio, da Levante come si dice qui, si comincia con la Doc Colli di Luni, che è in parte condivisa con la vicina Toscana proprio nella parte finale della Lunigiana, nella vallata del Magra. Qui c'è una delle zone di origine del Vermentino, un vitigno che si coltiva un po' dappertutto in Liguria, ma che su questi colli dà origine a vini tesi e longevi, in grado di invecchiare serenamente per anni diventando sempre più complessi, soprattutto nei profumi che col tempo virano verso tonalità "empirumatiche", che vuol dire che acquisiscono profumi di idrocarburi. Pochi chilometri più a ovest, al di là del Golfo di La Spezia e prima di raggiungere il Tigullio, ecco una delle zone paesaggistiche più famose d'Italia: le Cinque Terre. Cinque perché sono altrettanti piccoli paesi arroccati a picco sul mare: Corniglia, Manarola, Monterosso, Riomaggiore *segue >*

Piatti di tradizione e Vermentino

Le principali ricette della cucina ligure – in particolare le trofie con il pesto, il cappon magro e la cima alla genovese – amano particolarmente l'accostamento con i vini bianchi della regione che sembrano fatti apposta per loro. La salinità, la struttura, l'ecletticità che presentano riescono a rispettare e ad accompagnare al meglio delle ricette piuttosto delicate e piatti con equilibri raffinati, come sono questi tipici liguri. Perciò, se alla pasta con il pesto, magari fatto con il profumatissimo basilico di Prà, abbiniamo un altrettanto profumato Vermentino dei Colli di Luni o della Riviera di Ponente, di certo non sbaglieremo.

Con i crostacei meglio il Pigato

I gamberi rossi di Albenga o di San Remo sono fra le prelibatezze più note della cucina ligure. Hanno profumi inconfondibili, sapori con una precisa tendenza dolce e una persistenza gustativa davvero notevole. Sia da crudi, sia come elemento principale di un primo piatto, sia alla griglia, queste caratteristiche restano sempre evidenti. L'abbinamento deve tener conto di questo. Perciò avremo bisogno di un bianco di buon corpo, salino, con una buona acidità e dai profumi avvolgenti. Per restare in zona la mente va al Pigato, che proprio ad Albenga trova la sua zona di elezione.

e Vernazza in ordine alfabetico. Qui si trovano dei vigneti spettacolari, definiti “eroici”, perché sono a picco sul mare e si possono raggiungere quasi esclusivamente con monorotaie per coltivarli e vendemmiarli. Da lì le uve si caricano su camioncini che possono raggiungere la strada più vicina e poi si portano in cantina per la vinificazione. Questo sistema, molto complicato e possibile soltanto con lavorazioni manuali, comporta ovviamente costi di produzione notevoli. Anche qui c'è un po' di Vermentino, ma i vitigni più tipici sono il Bosco e l'Albarola, con qualche presenza anche di Piccabun e Frappelaio. I vini sono molto salini per via della salsedine che si deposita sui grappoli e normalmente di ottimo corpo. Esiste anche una rara versione passita, lo Sclacchetrà, dolce, delizioso e costosissimo. Perché se il prezzo dei vini “normali” è piuttosto elevato, figuriamoci cosa accade se abbiamo a che fare con dell'uva fatta appassire, che perde peso e succo e con vini che devono necessariamente invecchiare per un po' di tempo prima di essere imbottigliati.

A Ponente regna il Pigato, corposo e salino

Oltrepassiamo Genova, dove il Levante diventa Ponente: qui le colline sono appena più distanti dalla costa, ma non di molto e, avvicinandosi al confine francese, si abbassano un po' verso sud. Questo è il regno del Pigato, varietà unica e autoctona che dà origine a bianchi più corposi e salini. Anche qui si trova ancora un po' di Vermentino che, al di là di Ventimiglia, prende il nome di Rolle, anche se gli amici francesi amano chiamarlo con il suo nome italiano, ma con il classico accento sull'ultima vocale “Vermentinò”. Perciò il Pigato resta il re ad Albenga e nelle zone limitrofe, mentre il Vermentino lo è in quelle di Imperia, sempre più a sud e a ovest, quasi a rappresentare una varietà di uve e di vini che poi sono comuni in tutto il Mediterraneo occidentale, comprese zone della Sardegna, della Corsica e della costa Toscana. Negli ultimi tempi il Vermentino sta colonizzando anche altre regioni. Non solo l'Umbria e il Lazio, ma stanno iniziando a produrlo persino in Sicilia, con risultati interessanti ma molto diversi da quelli liguri, *segue* >

ISTOCK



DISPENSA AMICA



A cura del dottore,
nutrizionista e presidente AINC
Domenicantonio Galatà



Prosegue con grande successo Dispensa Amica, il progetto D'amico in collaborazione con il dottor Domenicantonio Galatà, nutrizionista esperto e presidente dell'Associazione Italiana di Nutrizione e Cucina – AINC

Per conciliare ritmi frenetici con uno stile di vita salutare, avere prodotti pronti può favorire l'aderenza a un piano alimentare organizzato e bilanciato. Infatti, le ricette preparate con i prodotti D'Amico come sottoli, pesti, salse già condite e legumi... sono in perfetto equilibrio tra gusto, sazietà, corretta distribuzione dei macronutrienti nel piatto e soddisfazione a tavola. Preservare la preparazione delle conserve, patrimonio culinario della tradizione regionale italiana, è l'obiettivo principale dell'azienda, che da tre generazioni lavora per "conservare" la dispensa e le tradizioni, mantenendo vive le ricette delle nostre nonne e delle nostre mamme.

Seguici e non perdere i preziosi suggerimenti per restare in forma!

shop online **damico.it**



perché caratterizzati dal clima isolano e dal diverso terroir.

Se dovessimo fare un punto finale della situazione, la considerazione sarebbe che in Liguria, a dispetto di una produzione piuttosto limitata e di un numero non troppo grande di vitigni, le differenze dei vari vini sono molto più evidenti di quanto si possa immaginare. A dimostrazione che le origini, i microclimi, i suoli, le esposizioni dei vigneti alla fine contano più di qualunque altra cosa.

E mai come in questa regione la frammentazione dei vigneti e le differenti zone di produzione esaltano le differenze. Se aggiungiamo gli stili enologici delle diverse cantine, anche per aree a denominazione di origine analoghe, possiamo capire ancora meglio che, in primo luogo, in Liguria trionfa la vitienologia artigianale e che in certe zone il termine di viticoltura "eroica" non è semplicemente un esercizio di retorica, ma la realtà quotidiana di molti vignaioli.

Cantine e varietà del territorio

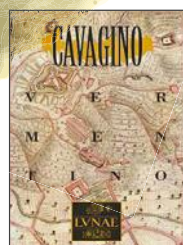
GRANDI ETCHETTE DA PIGATO E VERMENTINO IN PUREZZA.
PIÙ UN OUTSIDER CHE COMBINA ALTRI VITIGNI LOCALI



Cinque Terre 2023
80% Bosco, 20% altre varietà locali fra le quali Piccabun e Frappelao. Vinificazione con macerazione, poi 6 mesi in acciaio con le fecce sottili. Giallo dorato. Avvolgente, con note di fiori secchi, mandorla fresca, erbe officinali e accenni di nespola. Sapore molto salino, caldo, con finale appena amarognolo.
€ 30
www.possa.it



Colli di Luni Vermentino Costa Marina 2023
100% Vermentino. Solo acciaio per 6 mesi. Giallo paglia chiaro verdolino. Profumi di erbe aromatiche, agrumi gialli, fiori di campo e lieve pietra focaia. Sapore teso, fresco, agile, scattante, con persistenza sottile ma lunga.
€ 22
www.ottavianolambruschi.com



Colli di Luni Vermentino Cavagino 2023
100% Vermentino. Barrique e acciaio per 6 mesi. Giallo paglia intenso e brillante. Complesso e fruttato, con note di agrumi gialli, lieve frutta esotica, accenni di erba medica e miele. Sapore pieno, deciso, agile, fresco, di deliziosa bevibilità.
€ 25
www.cantinelunae.com



Colline di Levante Vermentino Luccicante 2023
100% Vermentino. Solo acciaio. Giallo paglia leggermente verdolino. Profumi di fiori di campo, macchia mediterranea e accenni agrumati. Sapore fresco e teso, molto salino, tipico, di buon corpo.
€ 35
www.caduferra.wine



Riviera Ligure di Ponente Pigato U Baccan 2022
100% Pigato da vigne molto vecchie. Botti grandi e clayen in ceramica per un anno. Giallo paglia con riflessi verdolini. Note di macchia mediterranea, resina di pino, rosmarino, salvia, lievi accenni di frutta esotica. Sapore pieno, caldo, equilibrato, di ottimo corpo, molto salino e di ottima persistenza.
€ 45
www.brunapigato.it



Riviera Ligure di Ponente Pigato Bon in da Bon 2023
100% Pigato. Vasche d'acciaio sulle fecce sottili per 6 mesi. Giallo paglia intenso e vivo. Profumi di fiori di biancospino, macchia mediterranea, lieve salvia. Sapore decisamente salino, teso, di buon corpo eppure agile e di invitante bevibilità.
€ 25
www.biovio.it



Riviera Ligure di Ponente Terre Bianche Pigato 2023
100% Pigato. Solo acciaio per 5 mesi. Giallo paglia luminoso. Profumi fruttati, con note di frutta esotica e di macchia mediterranea. Sapore teso, succoso, salino, caldo e di buona lunghezza finale.
€ 20
www.terrebianche.it



Riviera Ligure di Ponente Vermentino 2023
100% Vermentino. Solo acciaio. Giallo paglia verdolino brillante. Varietale, con note di erbe aromatiche, agrumi gialli, fiori di campo. Sapore fresco, salino, molto composto e piacevole, di buon corpo.
€ 25
www.lauraschero.it

ESSENZA DI TOSCANA

**UN VIAGGIO ESPERIENZIALE ATTRAVERSO
IL TERRITORIO, LE SUE ECCELLENZE
ENOGASTRONOMICHE, LA CULTURA,
L'AMBIENTE E LA SOSTENIBILITÀ**

Una vetrina aperta da ventiquattro anni sull'identità, le tipicità e l'ampia biodiversità che caratterizzano da sempre una delle regioni più belle e buone d'Italia. Un progetto firmato Regione Toscana sempre più ricco nella sua offerta, un percorso – sul sito www.vetrina.toscana.it – costellato di tappe golose che raccontano paesaggi, storia, stili di vita e cultura toscana attraverso il cibo. Con l'aiuto di una mappa georeferenzata, su Vetrina Toscana il viaggiatore potrà esplorare (o disegnare

i propri) itinerari enogastronomici in una terra autentica che sapientemente concilia tradizione e contemporaneità. Non mancano anche consigli pratici e ricette, oltre che approfondimenti sui prodotti toscani, sulla loro storia, su dove acquistarli e soprattutto dove degustarli. Un patrimonio culturale e materiale custodito da un'intera rete di imprese agroalimentari – si va da ristoranti, botteghe e produttori ad agriturismi, strade del vino, cantine, birrifici, oleifici, stabilimenti balneari, agenzie di viaggio e alber-

ghi – che promuove esperienze enogastronomiche all'insegna della sostenibilità, che sia ambientale, sociale, economica o culturale, attraverso l'impegno preso da tutte a rispettare il rigoroso Manifesto dei Valori della cultura culinaria regionale (sul sito). Un sentimento di protezione che ha radici antiche in un territorio dove l'agricoltura da millenni si prende cura dell'ambiente, custode della sua identità, della sua bellezza e di oltre 600 produzioni locali di eccellenza che hanno contribuito a farlo conoscere a tutto il mondo.

Toscana, terra di sapori autentici e preziosi: cibi e piatti che da secoli ne raccontano con orgoglio la cultura enogastronomica e la ricca biodiversità.



con l'ultima FRUTTA D'ESTATE

MELONI, PESCHE,
LIMONI, MIRTILLI...
PRIMA CHE ARRIVI
L'AUTUNNO, SI POSSONO
PREPARARE TANTE
TORTE DI ANIMA FRESCA
OPPURE REALIZZARE
PRELIBATE CONFETTURE
E COMPOSTE
DA CONSERVARE
IN DISPENSA

a cura di Cristiana Cassé, ricette di Livia Sala,
foto di Michele Tabozzi, styling di Ambra Poli





CONFETTURA DI PRUGNE
E LAMPONI ALLA SALVIA

pag. 91

TORTA DI PESCHE
AL COCCO

pag. 91





Piatto in ceramica
L'Arte nel Pozzo,
tessuti in cotone
tinti a mano Hue
table stories.
Nella pagina
accanto, piatto
ovale in ceramica
smaltata Francesca
Reitano Ceramica
(foto 1), tessuto
in lino tinto a mano
Hue table stories.
Indirizzi
a pagina 114



TORTA DI FICHI, MELE E MORE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI
375 CAL/PORZIONE

200 g di farina – 200 g di yogurt greco – 100 g di zucchero semolato – 70 g di burro – 2 uova – 2 mele Gala – 4 fichi – 80 g di more – 5 g di zucchero di canna – 1 cucchiaino di lievito – sale – burro e farina per lo stampo

1 Preparate la frutta. Lavate mele e fichi e asciugateli. Sciacquate delicatamente le more. Tagliate a fettine i fichi e le mele (detorsolandole).

2 Montate le uova e i due tipi di zucchero con una frusta fino a renderle ben spumose e chiare.

3 Fate fondere il burro in un pentolino a fuoco dolce, lasciatelo intiepidire e incorporatelo al composto di uova sempre sbattendo con la frusta.

4 Setacciate la farina, il lievito e un pizzico di sale con un colino a maglia fine facendo cadere la polvere direttamente nell'impasto e mescolando con una spatola fino a rendere il tutto ben liscio.

5 Foderate con carta da forno il fondo di uno stampo a cerniera di 18 cm di diametro. Imburrate e infarinate il bordo. Versatevi l'impasto livellando con la spatola.

6 Disponetevi sopra, a raggiera, le fettine di mela e di fichi alternandole e facendole affondare un poco nell'impasto. Sistemate qua e là le more affondando leggermente anch'esse. Cuocete in forno caldo a 180° per 50 minuti. Se, vi piace potete spolverizzare con zucchero a velo e aggiungere alla torta anche fettine di pesca e frutti di bosco a piacere.



TARTE CON CLAFOUTIS
DI FRUTTA MISTA

pag. 91

Piattino grigio
in ceramica
smaltata opaca
L'Arte nel Pozzo,
tessuto in lino
grigio tinto a mano
Hue Table Stories.
Nella pagina
accanto, tessuti
in lino tinti a mano
Hue Table Stories.
Indirizzi
a pagina 114



COMPOSTA DI MELONE,
LIMONE E LIME

pag. 91



PESCHE SCIROPATE

PESCHE SCIROPATE

FACILE

PER 3 VASETTI DA 500 ML
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
610 CAL/VASETTO

1 kg di pesche bianche – 400 g di zucchero – 3 foglie di alloro – 3 chiodi di garofano

1 Fate bollire 700 ml di acqua con lo zucchero, l'alloro e i chiodi di garofano per ottenere uno sciroppo.

2 Scottate le pesche in acqua bollente per pochi secondi. Sbucciatele e tagliatele a spicchi. Sistematele nei vasetti, copriteli con lo sciroppo e chiudete.

3 Mettete i vasetti ben puliti in una pentola che li contenga di misura, copriteli con acqua calda e lasciate sobbollire per 20 minuti. Si conservano per 3 mesi in dispensa. Se vi piace, servite con gelato alla vaniglia.

CONFETTURA DI PRUGNE E LAMPONI ALLA SALVIA

FACILE

PER 4 VASETTI DA 400 G
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
1390 CAL/VASETTO

1 kg di zucchero – 800 g di prugne – 500 g di lamponi – 1/2 limone – 4 foglie di salvia

1 Lavate e asciugate la frutta. Spezzettate le prugne eliminando i noccioli. Raccogliete frutta e zucchero in una casseruola con il succo del limone e la salvia: lasciate sobbollire fino a ottenere una consistenza densa.

2 Versate la confettura nei vasetti ben puliti, chiudeteli e sterilizzateli come al punto 3 delle pesche sciropate. Si conservano in dispensa per 3 mesi.

TORTA DI PESCHE AL COCCO

FACILE

PER 10 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 55 MINUTI
400 CAL/PORZIONE

340 ml di panna fresca – 270 g di farina – 180 g di zucchero semolato – 65 g di zucchero di canna grezzo

– 2 uova – 45 g di burro – 4 pesche noci – 40 g di cocco essiccato grattugiato – 1 cucchiaio di latte – 1 cucchiaio di zucchero a velo – 1 cucchiaino di lievito per dolci – sale – burro e farina per lo stampo

1 Foderate il fondo di uno stampo a cerniera di 20 cm di diametro con carta da forno; imburrate e infarinate il bordo. Lavate le pesche e tagliatene 3 a dadini. Montate la panna con lo zucchero semolato, quindi incorporate le uova sbattute, la farina setacciata con il lievito, metà delle pesche a dadini e un pizzico di sale. Versate il composto nello stampo preparato, distribuitevi sopra le pesche a dadini rimaste. Infornate a 180° per 45 minuti.

2 Intanto, mettete in un padellino il burro con il cocco, lo zucchero grezzo, il latte e un pizzico di sale e cuocete per 2 minuti. Distribuite il composto sulla torta e proseguite la cottura per 10 minuti.

3 Lasciate raffreddare il dolce e guarnitelo con lo zucchero a velo e la pesca rimasta a fettine.

TARTE CON CLAFOUTIS DI FRUTTA MISTA

FACILE

PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
320 CAL/PORZIONE

per la base 8 fogli di pasta fillo

– 30 g di burro fuso

per il clafoutis 500 g di frutta mista

(prugne, mirtilli, lamponi) – 200 ml di latte – 4 uova – 80 g di farina

– 50 g di zucchero semolato

– 50 ml di panna fresca – 1 cucchiaio di zucchero a velo – sale

1 Lavate frutta e tagliate le prugne a tocchetti. Frullate le uova con il latte, la panna, la farina, lo zucchero semolato e un pizzico di sale.

2 Foderate una tortiera da 22 cm di diametro con carta da forno e rivestitela con 4 fogli di pasta fillo spennellati con un po' di burro. Spennellate anche gli altri fogli e sistemati lungo il perimetro, un po' spiegazzati, per formare un bordo di pasta più consistente. Distribuite metà della frutta nella base di pasta, unite la pastella preparata e quindi la frutta rimasta.

3 Infornate a 180° per 35 minuti. Al momento di servire cospargete il clafoutis con lo zucchero a velo.



COMPOSTA DI MELONE, ALBEDO DI LIMONE E LIME

FACILE

PER 2 VASETTI DA 400 G
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
850 CAL/VASETTO

750 g di polpa di melone – 400 g di zucchero – 2 limoni di Sorrento non trattati a scorza spessa – 1 lime non trattato

1 Private i limoni della scorza gialla con un pelapatate. Prelevate la parte bianca con un coltello, tritatela, tuffatela in acqua bollente e lasciatela sobbollire per 3 minuti. Scolatela e ripetete i passaggi due volte. Otterrete il cosiddetto "albedo di limone".

2 Ricavate il succo di 1 limone sbucciato schiacciandolo con le mani e filtratelo. Tagliate a pezzettini il melone e raccoglietelo in una casseruola con il succo filtrato, l'albedo e lo zucchero: cuocete a fiamma viva per 20-25 minuti. Durante la cottura, frullate a impulsi 2-3 volte con un frullatore a immersione per rendere la composta più omogenea. Verso fine cottura, unite la scorza del lime lavato ridotta a filetti.

3 Versate la composta nei vasetti ben puliti, chiudeteli e sterilizzateli come al punto 3 delle pesche sciropate. Si conservano 3 mesi in dispensa. La composta è ottima con i formaggi.

PAELLA DE MARISCOS

pag. 98

VALENCIA Paella EXPERIENCE



OGNI ANNO, A VALENCIA, UNA COMPETIZIONE INTERNAZIONALE PREMIA LA MIGLIORE. PERCHÉ QUELLA DELLA PAELLA NON È CERTO UN'ARTE IMPROVVISATA: VI SVELIAMO L'ORIGINE, GLI INGREDIENTI E I REQUISITI IRRINUNCIABILI DEL PIATTO SPAGNOLO PIÙ DESIDERATO NEL MONDO

a cura di Daniela Falsitta, testo di Riccardo Lagorio, reportage Emanuela De Santis, foto dei piatti di Felice Scoccimarro

Dall'oblò dell'aereo i particolari della cintura verde intorno a Valencia si fanno sempre più dettagliati. Sono i cinque milioni di metri quadrati di giardini, frutteti e fertili orti (*huertas*) che hanno contribuito a premiare la città spagnola come Capitale Verde d'Europa per il 2024. Del resto Valencia in meno di trent'anni è diventata una città a misura di bicicletta (e anche di pedone), dove si passeggia con facilità, essendo tra l'altro completamente pianeggiante, appoggiata com'è sul Mediterraneo.

I Giardini del Turia, l'antico letto del fiume trasformato in pista ciclabile che attraversa l'intero centro urbano, ne sono divenuti l'emblema. Nell'immaginario collettivo tuttavia Valencia è anche sinonimo di paella. Proprio il 20 settembre,

in occasione della Giornata mondiale dedicata a questa pietanza d'origine valenzana, dodici cuochi, selezionati in rappresentanza di altrettante nazionalità, si contendono il titolo di "Miglior paella del mondo", eletta da un'apposita giuria di esperti nella piazza del Municipio (Plaza Ajuntament) a suon di mestoli e mezzelune.

La data non è scelta a caso, coincide infatti con il tradizionale inizio della raccolta del riso nella Albufera, il Parco naturale acquitrinoso a sud della città, dove sono state selezionate le tre varietà di riso Dop. "Si tratta di Bomba, Senia e Bahía, dai chicchi piccoli e tondi", spiega Santos Ruiz, il direttore del Consorzio di tutela del Arroz de Valencia (Riso di Valencia Dop). "Dei tre il Bomba è quello che tiene meglio la cottura, il Senia assorbe più degli altri il sapore del fondo e degli ingredienti, il Bahía è ideale nelle occasioni in cui la paella dovrà riposare prima di essere servita", chiarisce il direttore.

segue >



Nella sequenza fotografica, alcuni momenti della scorsa edizione della Giornata mondiale della Paella che si svolgerà a Valencia anche il 20 settembre di quest'anno. Per l'occasione, nella piazza del Municipio, si sfidano 12 cuochi selezionati in rappresentanza di altrettante nazioni. Qui accanto, lo chef giapponese Kohei Hatashita e la sua paella con anatra e arancia che si è aggiudicata il primo posto nel 2023.

La paella perfetta però si presenta con altre due caratteristiche obbligatorie: “I chicchi di riso devono essere ben sgranati e sul fondo della *paellera*, la tipica casseruola, si deve creare una sottile crosta di riso abbrunito, che chiamiamo *socarrat*”, ricalza Rafael Vidal, che volentieri gira tra i tavoli del suo Restaurante Levante (restaurantelevante.com).

Dai tempi del Califfato ai giorni nostri

Nelle terre umide dell'Albufera, la coltivazione del riso (ma anche quella degli aranci e delle numerose verdure che tuttora plasmano il paesaggio di Valencia) si fa coincidere con l'occupazione pacifica delle terre valenzane da parte degli Arabi e la creazione del Califfato di Al Andalus, di cui Valencia era una delle maggiori città già a partire dai primi anni dell'VIII secolo. Dopo la Riconquista cristiana e l'espulsione dei *moriscos* (i musulmani convertiti al cristianesimo), la coltura del riso sparisce per poi ricomparire nel Settecento, con gli studi del botanico Antonio José Cavanilles. “Risale a quel periodo un ricettario francescano catalano che per la prima volta fa riferimento a un riso alla valenzana con aglio e prezzemolo”, rivela lo storico della cucina Ximo Carrión. “In realtà a parlare di paella si inizia solo dalla fine dell'Ottocento, mentre il piatto che conosciamo oggi non dovrebbe avere più di una settantina d'anni”, precisa. “All'inizio la paella si presentava

come una preparazione umile, preparata cucinando il riso con ciò che dava la Albufera, ma non è azzardato affermare che dal momento in cui nacque il suo rapporto con Valencia è diventato costante e profondo”, conclude Carrión.

Nel suo *Cañas y barro* (Nulla Die ed.), Vicente Blasco Ibáñez racconta che in origine la gente di El Palmar, al centro della Albufera, utilizzava per arricchirla arvicole (piccoli roditori) e uccelli del pantano o, ancora, anguilla e lumache.

La prima trasformazione verso la paella odierna consiste nell'utilizzare animali da cortile al posto di quelli cacciati: nasce così la paella di pollo, coniglio, lumache, piattoni, zafferano e *garrofón*, i fagioli bianchi dalle screziature violacee. Ancora oggi si definisce questa paella come “valenciana”, con varianti che sono proprie di ciascuna famiglia. Ciò accade dal 1961, quando viene organizzato il primo Concurs de paella valenciana a Sueca.

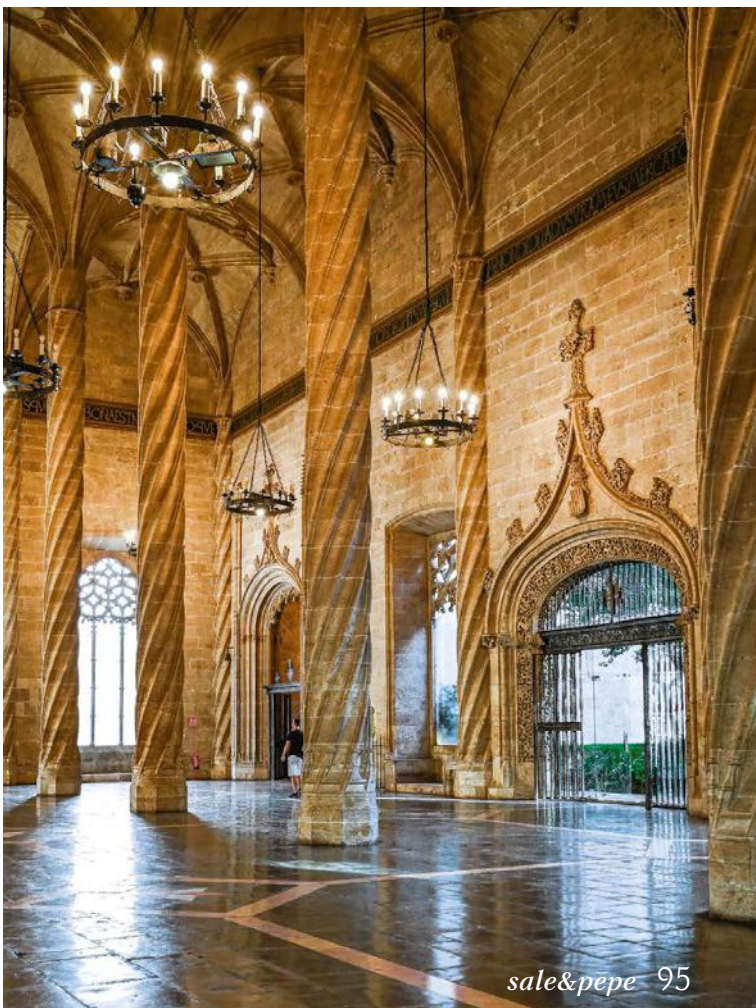
Il lungo cammino degli ingredienti

“Negli anni dell'avvento del turismo internazionale si va sempre più affermando la versione della paella con i frutti di mare (*mariscos*) che utilizza canocchie, gamberi e seppie o ancora vari tipi di conchiglie, mentre oggi, con la moda vegetariana che imperversa, ci viene spesso ordinata quella di sole verdure, i cui ingredienti cambiano a seconda della stagione”, continua Vidal.

segue >



Da sinistra: Rafael Vidal e Mattia Messeri del Restaurante Levante; i sacchi della rinomata riseria L'or de l'Albufera; la chef Chabe Soler, vincitrice del campionato nel 2020 e che oggi si divide tra il ristorante di famiglia La Ferrera e La Salita. Nella pagina a destra, in alto, l'Hemisfèric, il cinema disegnato da Santiago Calatrava e Félix Candela. In basso, i banchi del Mercato Centrale e la Loggia della Seta.



PAELLA VALENCIANA

pag. 98



QUATTRO PASSI A VALENCIA

ALLA PREMIAZIONE DELLA MIGLIORE PAELLA DELL'ANNO SI ASSISTE DAGLI SPALTI DEL **PALAZZO MUNICIPALE**, DOPO AVERE VISITATO LE SONTUOSE SALE. POI CHI LO DESIDERA PUÒ RITAGLIARSI QUALCHE ORA NEL VICINO **QUARTIERE DEL CARMEN**, COMBINAZIONE DI MONUMENTI STORICI E ARTE D'AVANGUARDIA, RICCO DI MURALES. AL **MERCATO CENTRALE**, UN EDIFICIO IN STILE MODERNISTA, CI SI

CONCEDE UNO SPUNTINO AL CENTRAL BAR DI RICARD CAMARENA, PLURIPREMIATO CUOCO VALENZANO. TUTTO INTORNO SI AFFACCIAANO BOTTEGHE ED EDIFICI ANTICHI, COME LA GOTICA **LOGGIA DELLA SETA**, SIMBOLO DEL SIGLO D'ORO DI VALENCIA (TRA XIV E XV). UNA SOSTA AI TAVOLINI DELLA **HORCHATERÍA COLLADO** PERMETTE DI PROVARE UNA SPECIALITÀ TUTTA VALENZANA, LA HORCHATA, BEVANDA BIANCASTRA E LATTIGINOSA OTTENUTA DALLO ZIGOLO, UN

PICCOLO TUBERO CHE CRESCE MOLTO BENE NEI TERRENI INTORNO A VALENCIA. È RINFRESCANTE E RICCA DI MINERALI. UNA DELLE INQUADRATURE PREFERITE DAI TURISTI È NELLA **PIAZZA DE LA VIRGEN**: COMPRENDE LA TORRE OTTAGONALE E IL ROSONE DELLA CATTEDRALE, UN FINE RICAMO GOTICO, E LA FONTANA DEL TURIA. LE OTTO FIGURE FEMMINILI CON LE ANFORE RAPPRESENTANO GLI OTTO CANALI DI IRRIGAZIONE GENERATI DAL TURIA. CON QUALCHE ORA IN PIÙ SI PUÒ

NOLEGGIARE UNA BICICLETTA (VVALENCIABIKES.COM) E VISITARE LA **CITTÀ DELLE ARTI E DELLE SCIENZE**, NELLA PARTE SUD EST DEI GIARDINI TURIA. MA SERVE ALMENO UNA GIORNATA PER AMMIRARE IL COMPLESSO DI EDIFICI E SPAZI DALLE FORME AVVENIRISTICHE DISEGNATI DA SANTIAGO CALATRAVA: DALL'**HEMISFÈRIC**, IMMENSA SALA CINEMATOGRAFICA IN 3D, AL **PALAZZO DELLE ARTI**, DOTATO DI IMPIANTI SEMOVIBILI CHE NE MODIFICANO LA FUNZIONALITÀ.

Se è vero che questi tre modelli di paella sono ritenuti classici, le loro infinite varianti (soprattutto familiari) rafforzano nei valenzani l'orgoglio di sentire il piatto come un'opera personale.

Il miglior risultato arriva con l'esperienza

“Rappresenta l'unità familiare”, rincara la chef Chabe Soler, vincitrice del concorso nel 2020. “Ma non è un piatto facile: il risultato finale dev'essere un equilibrio di sapori”, continua. “Il riso e gli altri ingredienti devono arrivare a cottura nello stesso momento pertanto bisogna avere acquisito una buona esperienza nel soffritto. Il cuore del piatto consiste nella corretta mescolanza di pomodoro, cipolla, aglio e polvere di peperone dolce. Altrettanto importante è la qualità del brodo, che influenza il sapore del riso. In generale si può affermare che la quantità di brodo deve essere doppia del riso, ma

ciò dipende anche dagli altri ingredienti. Inoltre non bisogna dimenticare che, una volta versato il brodo, il riso non si deve più muovere, altrimenti rilascerebbe l'amido e inficerebbe il risultato finale. Non meno cruciale è l'attesa fuori dal fuoco, quando la paella va coperta con un telo di cotone: serve ad amalgamare i sapori”. Se poi si pensa che la cottura dovrebbe avvenire a fuoco di legna d'arancio (come si fa regolarmente in campagna accanto alla *barraca*, l'edificio dal tetto in paglia caratteristico di Valencia), è facile intuire quanta esperienza sia necessaria. D'altronde sempre la Soler è pure convinta che ciascuno debba utilizzare gli ingredienti che ha a portata di mano. Proprio come succedeva una volta e come è accaduto lo scorso anno, quando ad aggiudicarsi il titolo è stato il giapponese Kohei Hatashita con una paella d'anatra, porro e arancia.



Da sinistra: il riso per paella di qualità Bomba che tiene particolarmente bene la cottura; la struttura che ospita il Mercato Centrale, opera realizzata nei primi decenni del Novecento e riconducibile al modernismo valenciano; il Parco Naturale dell'Albufera; un negozio di padelle. Secondo gli esperti per ciascun commensale occorrono 10 cm di diametro: per 4 persone quindi è necessaria una paellera da 40 cm.



ASSAGGI PAELLA EXPERIENCE

PAELLA DE MARISCOS

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

400 g di riso Bomba per paella – 4 gamberi – 4 scampi – 8 code di gambero – 2 manciate di cozze – 4 calamari – 4 seppie – 2 cipolle piccole – 2 spicchi d'aglio – 2 cucchiaini di paprica dolce – 4 cucchiaini di salsa di pomodoro – 1,2 litri di brodo di pesce – 1 mazzetto di prezzemolo – olio extravergine d'oliva – sale

1 Pulite il pesce e tagliate a cubettini di 1 cm calamari e seppie. Scottate gamberi, cozze, scampi e code di gambero nella padella per la paella con qualche cucchiaio d'olio per 3-4 minuti, sgocciolateli e metteteli da parte.

2 Nella padella con il liquido rilasciato dal pesce mettete seppie e calamari, aggiungete l'aglio e la cipolla pestati a crema (o tritati finemente), la paprica, il pomodoro, il riso e fatelo tostare per 5 minuti.

3 Versate il brodo, salate e lasciate cuocere per 10 minuti a fuoco alto e per altri 10 minuti a fuoco basso senza mai mescolare. Appoggiate crostacei e cozze scottati sul riso e profumate con il prezzemolo tritato. Prima di mettere il prezzemolo, lo chef passa la paella in forno a 180° per 3-4 minuti.



PAELLA VEGETARIANA

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
450 CAL/PORZIONE

400 g di riso Bomba per paella – 250 g verdura mista (peperoni gialli e rossi, zucchine, melanzane) – 1 cipolla – 2 spicchi d'aglio – 2 cucchiaini di paprica dolce – 4 cucchiaini di salsa di pomodoro – 1,2 litri di brodo di verdura – 1 mazzetto di prezzemolo – olio extravergine d'oliva – sale

1 Tagliate le verdure a cubetti di 1,5 cm e fatele soffriggere in qualche cucchiaio d'olio per 2 minuti. Unite l'aglio e la cipolla pestati a crema (o tritati finemente) e lasciate appassire per un paio di minuti.

2 Unite la salsa di pomodoro e subito dopo la paprica facendo attenzione a non farla bruciare perché darebbe un gusto amaro. Aggiungete il riso e lasciatelo tostare per 5 minuti, quindi versate il brodo di verdure e regolate di sale.

3 Lasciate cuocere per 10 minuti a fuoco alto e per 6 minuti a fuoco basso mescolando di tanto in tanto. Profumate con il prezzemolo tritato fine e servite. Prima di aggiungere il prezzemolo, lo chef passa la paella in forno a 180° per 3-4 minuti.

PAELLA VALENCIANA

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 15 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

400 g di riso Bomba per paella – 4 cosce di pollo – 4 cosce di coniglio – 240 g di fagiolini piattone – 4 cuori di carciofo – 10 lumache di terra spurgate (facoltative) – 1 cipolla piccola – 2 cucchiaini di paprica dolce – 4 cucchiaini di salsa di pomodoro – 2 rametti di rosmarino – olio extravergine d'oliva – sale

1 Mettete qualche cucchiaio d'olio nella padella per paella e fatevi soffriggere le carni intere per circa 15 minuti; quando saranno dorate, aggiungete i fagiolini a pezzetti e i carciofi in 4 spicchi, proseguite la cottura per altri 2 minuti a fuoco medio e unite la cipolla pestata in crema (o tritata finemente).

2 Dopo 2 minuti, unite la paprica e la salsa di pomodoro, mescolate bene, versate 2 litri d'acqua e aggiungete le lumache; cuocete finché il liquido si restringerà di un terzo (circa 30 minuti).

3 Versate il riso smuovendolo delicatamente solo all'inizio per disporlo uniformemente. Salate e lasciate cuocere per 10 minuti a fuoco alto e per altri 10 minuti a fuoco basso senza mescolare. Spolverizzate con il rosmarino e servite. Lo chef passa la paella in forno a 180° per 3-4 minuti.

I MIGLIORI D'ITALIA

SI SONO INCONTRATI A VALENCIA E, 10 ANNI FA, HANNO PORTATO LA PAELLA A MILANO, MAGISTRALMENTE PROPOSTA NEL LORO **RISTORANTE ALBUFERA** (VIA SETTEMBRINI 26, ALBUFERA.IT): UN LOCALE DI 3 PIANI INTERAMENTE DEDICATO ALLA PREPARAZIONE. **MATEUS COELHO**, BRASILIANO, E L'ITALIANA **ALICE PAGLIA**, VINCITORI A VALENCIA DEL SECONDO POSTO NEL 2020, SONO AUTORI DELLE RICETTE E DEI PIATTI DEL NOSTRO SERVIZIO. OLTRE ALLE 3 VERSIONI CLASSICHE, NEL LORO MENU FIGURANO LA FIDEUÀ, CON PASTA AL POSTO DEL RISO, E LE TRE RICETTE DEDICATE ALL'ITALIA CON CUI HANNO PARTECIPATO ALLA COMPETIZIONE: LA PAELLA CON **ZAFFERANO E OSSOBUCCO**, ISPIRATA ALLA CITTÀ CHE LI OSPITA; QUELLA CON SALSICCIA E CARCIOFI, CHE GUARDA AL CENTRO ITALIA, E LA PAELLA CON ANDUJA E CAPELANTE, CHE RICHIAMA I SAPORI DEL SUD.



sale&pepe shopping



Lattoria Tre Cime Formaggio Dobbiaco

Lattoria Tre Cime propone l'originale Dobbiaco "Gold Edition", un formaggio semiduro dal taglio molto apprezzato per la sua versatilità e dal sapore unico, delicato ma deciso.

Noto anche come "formaggio da cuocere", è perfetto per l'aperitivo accompagnato ad un buon bicchiere di vino, abbinato a frutta fresca, oppure gustato in un croccante panino che, grazie alla sua forma a parallelepipedo, avrà sempre una fetta perfetta!

GIN MAZZETTI BLACK EDITION

Dopo il successo della prima etichetta di London Dry Gin, è nato il Gin Mazzetti Black Edition, firmato dalla distilleria di Altavilla Monferrato fondata nel 1846. È caratterizzato da un colore cristallino e piacevoli note speziate che al palato lasciano spazio a una sensazione di pulizia.

La robusta struttura con un delicato retrogusto di pino e iris si somma a note terrose e stupisce nel finale per le sue reminiscenze pepate.



BRIMI RICOTTA ARMONIA

Brimi lancia la nuova ricotta Armonia che conquista il palato con la sua leggerezza e digeribilità, perfetta per una corretta alimentazione e per uno stile di vita sano. Oltre al suo gusto equilibrato, Armonia è anche una fonte preziosa di proteine, con ben 18 g di proteine in 200 g di prodotto.

Deliziosa da gustare al naturale, la ricotta Armonia si rivela anche un ingrediente versatile per infinite ricette dolci e salate.



GIOVANNI RANA LASAGNE A TUTTA VERDURA

Le nuove Lasagne Primavera Giovanni Rana mettono d'accordo la tradizione italiana e i più attuali trend di consumo. Tra gli strati di pasta fresca e la morbida besciamella, trovi i colori, le consistenze e i sapori della primavera: zucchine, carote, peperoni e fagiolini, tante verdure selezionate e sapientemente lavorate in pezzi, con l'aggiunta di un tocco originale di hummus di ceci. Le trovi, in edizione limitata, nel banco frigo del supermercato.



PIRCHER ALPITZ

Pircher propone un prodotto perfetto per la bella stagione: Alpitiz, aperitivo alpino che spicca per la sua freschezza, il colore giallo luminoso e il gusto fruttato dolceamaro. La combinazione di agrumi ed erbe alpine aromatiche aggiunge all'"Alpitiz" una nota aspra e leggermente amara ma fruttata!



BLURHAPSODY

The usual but better

BluRhapsody, il brand di pasta stampata in 3D, presenta il Coffee Table Book dedicato alla pasta, tra gastronomia, arte, scienza e cultura. Un volume da collezionare, divorare, leggere e guardare. Lasciatevi incantare dagli scatti di Roberto Savio e dalle creazioni della chef Beatrice Guzzi con gli inediti formati BluRhapsody. Imperdibili i testi e i racconti sull'evoluzione del simbolo per eccellenza della nostra cucina.





Rana pescatrice

DECISAMENTE BUONA (E ALTRETTANTO BRUTTA),
È TRA I PESCI TOP DA PORTARE IN TAVOLA IN TANTI PRELIBATE
DECLINAZIONI. NON ESISTE ALLEVATA E, SCOPRENDO
IL SUO MODO DI VIVERE, SI INTUISCE PERCHÉ

testo e cura di Cristiana Cassé

Mar del Nord, Atlantico settentrionale, Mediterraneo e Mar Nero: questi sono gli habitat principali della rana pescatrice (*Lophius piscatorius*). Qui vive solitaria, mimetizzata nei fondali sabbiosi tra i 20 e 1000 metri di profondità. Lascia esposto solo l'illicio, un penducolo che agita per attirare le prede. Ha una testa sproporzionata rispetto al corpo e questa, insieme al lungo osso cartilagineo (praticamente privo di spine) da cui è attraversata, rappresenta uno scarto consistente. Eppure, la rana pescatrice, o coda di rospo (se venduta senza testa), è nella top ten, forse anche five, dei pesci più ambiti. Le sue carni bianche e di gusto gentil-raffinato, infatti, con un altissimo valore nutrizionale e poche calorie (63 per etto), sono indicate a tutte le età e per tutte le diete, e invitano a metter mano al portafoglio nonostante non si tratti di un pesce "povero". Sul mercato si trova soprattutto quella dell'Atlantico,

ma la si pesca anche lungo i nostri litorali. Il peso medio va da 500 grammi (minimo di legge) a due chili, ma in natura può arrivare a 57 chili per 2 metri di lunghezza.

Da leccarsi le dita

Ridotta in filetti interpreta inarrivabili pastasciutte con o senza pomodoro; tagliata a bocconcini, marinati e salata in padella, fa da secondo piatto, ma anche da ricco complemento per pasta e riso. Intera, secondo i puristi, la si gusta al vapore con olio e (poco) limone; secondo i golosi invece si inforna farcita con ingredienti gentili e si barda con affettati dolci per non farla asciugare; magari con un guarnì di olive taggiasche, pomodorini, patate. E visto che abbiamo parlato di scarto consistente, impariamo a utilizzarlo: testa e spina dorsale (anche da surgelare e tenere pronti all'uso) sono preziosi protagonisti di zuppe, brodetti e sughi. In Liguria, per esempio, dalla testa rosolata si ricavano sfilacci che regalano grande nobiltà all'umile salsa di pomodoro.

SPIEDINI CON GAMBERI E BACON ALLE ERBE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 5 MINUTI
250 CAL/PORZIONE

500 g di polpa di pescatrice pulita
– **300 g di code di gambero**
sgusciate e pulite – **80 g di bacon**
a fettine – **1 limone** – **2 scalogni**
– **1 mazzetto di erbe miste**
(**basilico, prezzemolo, erba**
cipollina) – **1/2 bicchiere di vino**
bianco – **olio extravergine d'oliva**
– **sale** – **pepe**

1 Sbucciate gli scalogni e riduceteli a rondelle sottili. Lavate le erbe e tritatele. Tagliate la pescatrice a cubetti e metteteli in una ciotola con i gamberi, il vino, un filo d'olio, gli scalogni, una macinata di pepe e metà delle erbe. Mescolate, coprite con pellicola e lasciate riposare in frigo per 1 ora.

2 Intanto, mettete a bagno in acqua 12 spiedi di legno (così non bruceranno in cottura). Ricavate il succo del limone, filtratelo con un colino ed emulsionatelo con 4-5 cucchiaini di olio, sale, pepe e le erbe rimaste.

3 Sgocciolate gli spiedi. Scolate la pescatrice e i gamberi e infilateli sugli spiedi alternandoli alle fettine di bacon ripiegate a ventaglio. Cuocete gli spiedini in una padella antiaderente spennellata con poco olio 2-3 minuti per lato. Papateli e serviteli nappandoli con la citronnette preparata.



PENNE ALLE OLIVE E POMODORI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
370 CAL/PORZIONE

320 g di penne rigate – **300 g di polpa di pescatrice pulita**
– **4 pomodori perini** – **20 olive**
taggiasche – **1 scalogno**
– **1 peperoncino fresco piccante**

– **qualche rametto di maggiorana**
– **olio extravergine d'oliva** – **sale**

1 Scottate i perini in acqua bollente per 1 minuto. Sgocciolateli, spellateli, privateli dei semi e tagliateli a cubetti. Riducete la pescatrice a tocchetti.

2 Pulite lo scalogno e il peperoncino, tritateli e rosolateli in un'ampia padella con un po' d'olio. Unite la pescatrice e cuocete per 2-3 minuti. Aggiungete i pomodori

e le olive, denocciolate e spezzettate, regolate di sale e proseguite la cottura per pochi istanti mescolando.

3 Lessate la pasta in abbondante acqua bollente salata. Scolatela al dente tenendo da parte 1 mestolino di acqua di cottura. Versatela sul sugo, irrorate con l'acqua tenuta da parte e spadellate il tutto per 1 minuto mescolando. Servite e completate con foglioline di maggiorana.







SPAGHETTI CON INVOLTINI DI MELANZANE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
325 CAL/PORZIONE

350 g di polpa di pescatrice pulita
– **320 g di spaghetti** – **400 g di polpa di pomodoro** – **2 melanzane lunghe di circa 150 g ciascuna** – **70 g di rucola**
– **1 porro** – **zucchero** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**

1 Lavate le melanzane e spuntatele. Tagliatele a fette di circa 1/2 cm di spessore nel senso della lunghezza e grigliatele 2 minuti per parte. Pulite il porro eliminando la base e 1/3 terzo della parte verde, lavatelo e tagliate la parte bianca a rondelle e la verde in lunghi nastri.

2 Riducete il pesce a cubotti, salateli, pepateli, avvolgete ognuno in una fetta di melanzana e legate gli involtini con i nastri di porro. Fate appassire il porro a rondelle con 4 cucchiaini di olio in un'ampia padella, unite la polpa di pomodoro e condite con sale, pepe e un pizzico di zucchero. Cuocete la salsa per 5 minuti, aggiungete gli involtini e proseguite la cottura per 7 minuti.

3 Lessate gli spaghetti in abbondante acqua bollente salata. Lavate la rucola. Scolate la pasta, rovesciatela sul sugo e mescolate delicatamente. Servite e completate con la rucola spezzettata.

ROTOLO AGLI SPINACI E PANCETTA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
200 CAL/PORZIONE

1 coda di pescatrice intera, spellata e privata dell'osso centrale – **300 g di spinaci** – **100 g di pancetta dolce a fettine** – **1 cucchiaino di pecorino grattugiato** – **1/2 cipolla**

– **1 noce di burro** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**

1 Lavate gli spinaci. Fate appassire la cipolla tritata con il burro in una padella a fiamma bassa. Unite gli spinaci e cuocete coperto per 3 minuti. Scoprite e proseguite la cottura a fiamma viva per 3 minuti. Fate sgocciolare e raffreddare gli spinaci in un colino. Tagliateli grossolanamente, mescolateli con il pecorino, pepateli e regolate di sale.

2 Farcite la pescatrice al centro con gli spinaci, avvolgetela con la pancetta e fissate il tutto con qualche giro di spago da cucina. Disponete il rotolo in una casseruola oliata e infornate a 180° per 30 minuti. Servite, accompagnando il pesce, se vi piace, con spinacini freschi.

FRITTINI SPEZIATI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
690 CAL/PORZIONE

800 g di trancetti di pescatrice
– 8 fette di pancarré – 2 spicchi
d'aglio – 1 limone non trattato
– 1 mazzetto di prezzemolo
– 1 mazzetto di timo – 2 cucchiaini
di zenzero fresco grattugiato
– 2 cucchiaini di curcuma
– 1 cucchiaino di semi di finocchio
– 1/2 cucchiaino di peperoncino
in polvere – 2 cucchiai di farina – olio
di semi di arachidi – sale – pepe

1 Frullate in un piccolo mixer gli spicchi d'aglio sbucciati e privati del germoglio centrale, lo zenzero, i semi di finocchio, 1/2 cucchiaino di succo di limone e un pizzico della sua scorza grattugiata. Mescolate il composto con curcuma e peperoncino, unite i trancetti di pesce e mescolate. Coprite con pellicola e conservate in frigo.

2 Private il pane della crosta e tritatelo nel mixer con un po' di prezzemolo e timo (lavati e asciugati) e una macinata di pepe. Con una frusta, sbattete la farina con 200 ml d'acqua per ottenere una pastella fluida e senza grumi.

3 Immergete i pezzi di pesce prima nella pastella e poi nella panure alle erbe premendoli un poco per farla aderire. Friggeteli, pochi per volta, in abbondante olio bollente fino a doratura, sgocciolateli e salateli. Se vi piace, serviteli in cartocci di carta per fritti.



TRANCI ALL'ARANCIA E FINOCCHI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 10 MINUTI
260 CAL/PORZIONE

800 g di tranci di pescatrice privati dell'osso centrale – 2 arance non trattate – 1 finocchio – 50 g di farina – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate le arance, spremetene mezza, riducete le rimaste a rondelle sottili e poi tagliate ognuna a metà per ottenere delle mezzelune. Pulite il finocchio, lavatelo e affettatelo sottilmente con una mandolina.
2 Distribuite le fettine di arancia e finocchio nei piatti alternandole.
3 Infarinare i tranci di pesce. Scaldate un po' di olio in una padella antiaderente e cuocetevi i tranci 2 minuti per lato a fuoco medio-basso. Irrorate

con il succo d'arancia, salate, pepate e proseguite la cottura per 3-4 minuti girando i tranci un almeno paio di volte: devono arrivare a cottura restando morbidi e senza dorare troppo. Distribuiteli sull'insalata di arance e finocchio e irrorate il tutto con il fondo di cottura. Regolate di sale e completate con un'abbondante macinata di pepe prima di servire.



Chizze reggiane



DALLE INSOSPETTABILI ORIGINI
EBRAICHE, SONO CROCCANTI
FAGOTTINI DI PASTA RIPIENI
DI FILANTE PARMIGIANO
REGGIANO

testi di Paola Mancuso,
in cucina Elena Tettamanzi,
foto di Laura Spinelli,
scelta del vino di Sandro Sangiorgi



Chi conosce la gastronomia emiliana conosce anche le sue tante declinazioni dell'impasto più semplice che ci sia: solo farina e acqua, a volte con l'aggiunta di grassi come olio o strutto. Ne nascono specialità differenti e gustose, cotte sul testo o fritte in padella, che prendono nomi diversi a seconda delle zone: tigelle, crescentine, borlenghi, pinzini, gnocco fritto. Si gustano in locali dedicati o nelle occasioni più diverse: come antipasto, come aperitivo o per ricche merende in accompagnamento ai saporiti salumi emiliani.

Del tutto reggiane e poco conosciute al di fuori dal territorio sono le chizze, fagottini di pasta, la stessa dello gnocco fritto e ripiena, che si distinguono per una storia di contaminazioni gastronomiche ante litteram. Le loro origini vengono infatti fatte risalire alle usanze della storica comunità ebraica di Reggio Emilia, nata all'interno nel ghetto di via dell'Aquila, a seguito della diaspora degli ebrei sefarditi dalla Spagna (1492), e poi accolti, in successive ondate migratorie, nelle città del Ducato Estense - che comprendeva Ferrara, Rovigo, Modena e Reggio Emilia - visto il clima di relativa tolleranza instaurato dai Principi di Ferrara nei confronti del popolo giudaico.

Ed è proprio nel cuore del ghetto ebraico reggiano, agli inizi del Novecento, che l'abile fornaio Federico Sacerdoti, detto Salamein, creò "el chezzi", così buone da finire citate nelle cronache dell'epoca. Le sue chizze venivano cotte al forno, perché la religione ebraica proibisce l'utilizzo di strutto e carne di maiale in generale, e condite con l'agresto, sorta di salsa molto usata nella cucina rinascimentale, soprattutto in Emilia Romagna e in Toscana. Veniva ottenuta dalla cottura del mosto di uva acerba, con l'aggiunta di aceto e di spezie, dal gusto piacevolmente acidulo. Oggi l'agresto non viene più prodotto, ma era presente nel 42% delle ricette riportate nel celebre trattato di cucina medioevale *Viandier de Taillevent*. Dell'agresto si parla diffusamente anche nei

testi di cucina del sedicesimo e diciassettesimo secolo, come quelli di Bartolomeo Stefani, cuoco della famiglia Gonzaga di Mantova, e di Cristoforo di Messisbugo, cuoco presso gli Estensi.

Nel corso del tempo, la ricetta di Salamein si è diffusa in tutto il territorio reggiano, sebbene riadattata dalle *rezdore*, che friggevano le chizze nello strutto e le condividevano con un po' di lardo, consuetudine molto emiliana e decisamente per nulla kosher. Come pure, oggi rientra ormai tra i ripieni tradizionali lo stesso impasto dell'erbazzone, altra specialità reggiana a base di bietole o spinaci e Parmigiano.



BERE GIUSTO

L'EMILIANA CONSUETUDINE DI FRIGGERE LE PASTE RIPIENE, E NON, È DEVOTA AI VINI DEI LUOGHI NEI QUALI SI TROVANO I PASCOLI E GLI ALLEVAMENTI CHE DANNO LE MATERIE PRIME PER LE FARCITURE.

IL **LAMBRUSCO UGOLINO**, PROTAGONISTA

DELL'ACOSTAMENTO, È REALIZZATO A NOVELLARA UNENDO LE SOTTOVARIETÀ MAESTRI E MARANI A UN POCHINO DI ANCELLOTTA, USATA PER DARE MAGGIORE COLORE.

UNA SCELTA INTERESSANTE È LASCIARLO AFFINARE IN BOTTIGLIA UN ANNO IN PIÙ, COSÌ DA POTERLO APPREZZARE EQUILIBRATO E UNITO.

A DIFFERENZA DELL'USO SCRITERIATO DI SERVIRE I FRIZZANTI SEMPRE GELATI, CONCEDIAMO AL VINO DI ANDREA BEZZECCHI UNA CONDIZIONE FRESCA, INTORNO AI 12°. IN TAL MODO LA SUA SENSIBILITÀ VERSO IL PARMIGIANO DIVENTA UNA COMUNIONE DALLA QUALE NON È ESCLUSA ALCUNA SFUMATURA DELLE CHIZZE. SI TRATTA DI UN

CONTINUUM ELEGANTE, DOVE IL MATURO CONTRASTO DELLE BOLLE È DECISIVO PER TORNARE AD ASSAPORARE IL GUSTOSO INSIEME DEL CIBO.

Dalla musica alla cucina

PER TRENT'ANNI LA PASSIONE DI MORENO BORTOLOTTI È STATA QUELLA DI SUONARE LA CHITARRA ELETTRICA, TRA CONCERTI E SALA D'INCISIONE. FINCHÉ 16 ANNI FA HA APPESO LA CHITARRA "AL CHIODO" E HA PRESO IN GESTIONE INSIEME ALLA MOGLIE SIMONA IL LOCALE AH BEIN! (AHBEIN.IT), APPENA FUORI DAL CENTRO DI REGGIO EMILIA. AH BEIN È IL TIPOICO INTERCALARE DELLA PARLATA REGGIANA, E TALE È ANCHE LA CUCINA TRADIZIONALE DEL LOCALE, PUNTO DI RIFERIMENTO PER GUSTARE GNOCCO FRITTO, CHIZZE E TORTELLI.

COME PREPARATE LE VOSTRE CHIZZE?

L'IMPASTO È SEMPLICISSIMO, LO STESSO DELLO GNOCCO FRITTO: FARINA TIPO ZERO, STRUTTO, SALE, LIEVITO E ACQUA, CON L'AGGIUNTA DI POCHISSIMO LATTE. PER LE CHIZZE TRADIZIONALI, PREPARIAMO LA FARCITURA DEL TIPOICO ERBAZZONE REGGIANO (BIETOLE O SPINACI, CIPOLLOTTI, PARMIGIANO REGGIANO), OPPURE CON IL SOLO PARMIGIANO REGGIANO. NOI UTILIZZIAMO QUELLO STAGIONATO 24 MESI, LO GRATTOGGIAMO E LO COMPRIMIAMO ALL'INTERNO DEI QUADRATINI DI PASTA. PER LA COTTURA, FRIGGIAMO LE CHIZZE NELLO STRUTTO, COME DA TRADIZIONE.

ESISTONO VARIANTI?

SÌ, LE CHIZZE SI PRESTANO A ESSERE FARCITE CON FANTASIA. MIA MOGLIE SIMONA HA ELABORATO UNA DOZZINA DI ALTRI RIPIENI, COME QUELLO DI CREMA DI MORTADELLA.

COME SI GUSTANO?

DA SOLE, COME SPUNTINO. NEI MENU SONO UN ANTIPASTO, INSIEME ALLO GNOCCO FRITTO CON AFFETTATI, O UN SECONDO.

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

ALCUNI LOCALI DEL TERRITORIO CHE OFFRONO QUESTA E ALTRE SPECIALITÀ DI CUCINA TRADIZIONALE. SI CONSIGLIA DI TELEFONARE PER VERIFICARE GIORNI DI APERTURA E ORARI.

AH BEIN!

Via della Canalina 19, Reggio Emilia, tel. 0522283927
LA TORTELLERIA DI MORENO BORTOLOTTI OFFRE TIGELLE, GNOCCO FRITTO E PRIMI DI PASTA FATTI A MANO: 20 TIPI DI TORTELLI, OLTRE AI CLASSICI CAPPELLETTI. NON MANCANO PIATTI DI CARNE E TIPICI DOLCI CASALINGHI COME ZUPPA INGLESE E TORTA SBRISOLONA.

OSTERIA DEL PESCATORE

Via Zanardelli 9/a, Laghi di Pieve, Reggio Emilia, tel. 3355256193
IMMERSO NEL VERDE E NEI PRESSI DI TRE LAGHETTI DOVE SI PRATICA LA PESCA SPORTIVA, È UN LOCALE SEMPLICE CHE OFFRE PIATTI TRADIZIONALI: GNOCCO FRITTO CON SALUMI LOCALI, TRIS DI TORTELLI CON SOFFRITTO REGGIANO, CHIZZE.

OSTERIA CHILOMETRO ZERO

Via Mozart 40, Massenzatico (Reggio Emilia), tel. 0522272683
COME SUGGERISCE IL NOME, TUTTE LE MATERIE PRIME PROVENGONO DA PICCOLE AZIENDE AGRICOLE LOCALI. IN MENU: ERBAZZONE, GNOCCO FRITTO, SALUMI E FORMAGGI DELL'APPENNINO REGGIANO; PRIMI DI PASTA FATTI A MANO (CAPPELLETTI IN BRODO, TORTELLI VERDI O DI ZUCCA REGGIANI). TRA I SECONDI, TUTTI DI CARNE: CONIGLIO NOSTRANO RIPIENO, BARZIGOLE (BISTECCHINE) DI PECORA ALLA PIASTRA, FILETTO DI MAIALE ALLA SPERGOLA. INTERESSANTE LA CARTA DEI LAMBRUSCHI LOCALI.

CA' DEL CIUOCO

Via Case Martini 6, Vezzano sul Crostolo (Reggio Emilia), tel. 3291575914
IN UN AMBIENTE BUCOLICO, È UN AGRITURISMO CHE OFFRE OSPITALITÀ E PIATTI TIPICI: TAGLIERE CON GNOCCO FRITTO, SALUMI REGGIANI E CHIZZE, OLTRE A TORTELLI E CAPPELLACCI.



CHIZZE REGGIANE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI + IL RIPOSO
COTTURA 20 MINUTI

500 g di farina – 200 g di Parmigiano Reggiano giovane – 20 g di burro – 20 g di strutto – mezza bustina di lievito in polvere – olio extravergine d'oliva – olio di semi di arachide per friggere (o strutto) – sale

1 Disponete la farina a fontana sulla spianatoia. Cospargete i bordi con 2 prese di sale, mettete nell'incavo il burro morbido a pezzetti, 3 cucchiaini d'olio extravergine, lo strutto a fiocchetti e il lievito.

2 Incominciate a impastare, aggiungendo circa 200 ml d'acqua tiepida, poca alla volta, fino a quando otterrete un impasto liscio e morbido. Copritelo e lasciatelo riposare per almeno 1 ora.

3 Riprendete l'impasto, lavoratelo ancora un poco, quindi stendetelo con il mattarello a uno spessore di 2-3 mm.

4 Rifilate la sfoglia ottenuta e, con l'aiuto della rotella dentata, ritagliate tante strisce della larghezza di circa 10 cm. Poi tagliatele in senso trasversale e ricavate i quadratini di pasta.

5 Con l'aiuto di un pelapatate, riducete il formaggio a scaglie sottili e distribuitele al centro di ciascun quadrato. Ripiegate la pasta come per fare un raviolo di forma rettangolare e saldate bene i bordi.

6 Immergete le chizze ottenute, poche per volta, in abbondante olio di semi ben caldo (o strutto) e friggetele finché saranno dorate. Con un mestolo forato sgocciolatele su carta per fritti e servitele ben calde.

Stile Italia Edizioni S.r.l. in liquidazione

Sede Legale: Via Vittor Pisani, 28 - 20124 Milano (MI) - Cap. Soc. Euro 10.000 i.v. - P.I.: 11072110965 - Trib. di Milano n. 3846 del 14/10/1955
Società soggetta a direzione e coordinamento da Società Editrice Italiana S.p.a.

Pubblicazione bilancio al 31/12/2023 ai sensi dell'art. 9 della delibera 129/02/CONS dell'Autorità per le garanzie nelle comunicazioni

Stato patrimoniale

31/12/2023	31/12/2023
Attivo	Totale disponibilità liquide 42.765
B) Immobilizzazioni	Totale attivo circolante (C) 2.357.917
I - Immobilizzazioni immateriali	D) Ratei e risconti 35.674
4) concessioni, licenze, marchi e diritti simili 778	Totale attivo 4.854.071
5) avviamento 2.380.000	Passivo
7) altre 47.185	A) Patrimonio netto
Totale immobilizzazioni immateriali 2.427.963	I - Capitale 10.000
II - Immobilizzazioni materiali	VI - Altre riserve, distintamente indicate
4) altri beni 31.699	Versamenti in conto futuro aumento di capitale 2.050.000
Totale immobilizzazioni materiali 31.699	Versamenti in conto capitale 731.735
III - Immobilizzazioni finanziarie	Varie altre riserve (17) ¹
1) partecipazioni in	Totale altre riserve 2.781.718
a) imprese controllate -	VIII - Utili (perdite) portati a nuovo (2.326.881)
Totale partecipazioni -	IX - Utile (perdita) dell'esercizio (273.320)
2) crediti	Totale patrimonio netto 191.517
d-bis) verso altri	B) Fondiperrischieoneri
esigibili entro l'esercizio successivo 818	4) altri 982.000
Totale crediti verso altri 818	Totale fondi per rischi ed oneri 982.000
Totale crediti 818	C) Trattamento di fine rapporto di lavoro subordinato 463.470
Totale immobilizzazioni finanziarie 818	D) Debiti
Totale immobilizzazioni (B) 2.460.480	7) debiti verso fornitori
C) Attivo circolante	esigibili entro l'esercizio successivo 1.321.360
II - Crediti	Totale debiti verso fornitori 1.321.360
1) verso clienti	11) debiti verso controllanti
esigibili entro l'esercizio successivo 489.211	esigibili entro l'esercizio successivo 551.201
Totale crediti verso clienti 489.211	Totale debiti verso controllanti 551.201
4) verso controllanti	11-bis) debiti verso imprese sottoposte
esigibili entro l'esercizio successivo 237.781	al controllo delle controllanti
Totale crediti verso controllanti 237.781	esigibili entro l'esercizio successivo 169.620
5) verso imprese sottoposte	Totale debiti verso imprese sottoposte
al controllo delle controllanti	al controllo delle controllanti 169.620
esigibili entro l'esercizio successivo 706.814	12) debiti tributari
Totale crediti verso imprese sottoposte	esigibili entro l'esercizio successivo 49.073
al controllo delle controllanti 706.814	Totale debiti tributari 49.073
5-bis) crediti tributari	13) debiti verso istituti di previdenza e di sicurezza sociale
esigibili entro l'esercizio successivo 603.004	esigibili entro l'esercizio successivo 197.912
Totale crediti tributari 603.004	Totale debiti verso istituti
5-ter) imposte anticipate 1.046	di previdenza e di sicurezza sociale 197.912
5-quater) verso altri	14) altri debiti
esigibili entro l'esercizio successivo 277.296	esigibili entro l'esercizio successivo 905.345
Totale crediti verso altri 277.296	Totale altri debiti 905.345
Totale crediti 2.315.152	Totale debiti 3.194.511
IV - Disponibilità liquide	E) Ratei e risconti 22.573
1) depositi bancari e postali 42.717	Totale passivo 4.854.071
3) danaro e valori in cassa 48	

Conto economico

31/12/2023	31/12/2023
A) Valore della produzione	circolante e delle disponibilità liquide -
1) ricavi delle vendite e delle prestazioni 5.412.930	Totale ammortamenti e svalutazioni 27.401
5) altri ricavi e proventi	12) accantonamenti per rischi -
contributi in conto esercizio 649.701	14) oneri diversi di gestione 250.197
altri 759.591	Totale costi della produzione 7.323.849
Totale altri ricavi e proventi 1.409.292	Differenza tra valore e costi della produzione (A - B)(501.627)
Totale valore della produzione 6.822.222	C) Proventi e oneri finanziari
B) Costi della produzione	16) altri proventi finanziari
6) per materie prime, sussidiarie, di consumo	d) proventi diversi dai precedenti
e di merci 1.257.413	altri 2
7) per servizi 2.999.017	Totale proventi diversi dai precedenti 2
8) per godimento di beni di terzi 251.692	17-bis) utili e perdite su cambi (2.709)
9) per il personale	Totale proventi e oneri finanziari (15 + 16-17 + -17-bis) (2.707)
a) salari e stipendi 1.814.520	Risultato prima delle imposte (A - B + - C + - D) (504.334)
b) oneri sociali 561.310	20) Imposte sul reddito dell'esercizio, correnti, differite e anticipate
c) trattamento di fine rapporto 162.299	imposte differite e anticipate 1.789
e) altri costi -	proventi (oneri) da adesione al regime
Totale costi per il personale 2.538.129	di consolidato fiscale/trasparenza fiscale 232.803
10) ammortamenti e svalutazioni	Totale delle imposte sul reddito dell'esercizio, correnti, differite e anticipate (231.014)
a) ammortamento delle immobilizzazioni immateriali 17.585	21) Utile (perdita) dell'esercizio (273.320)
b) ammortamento delle immobilizzazioni materiali 9.816	
d) svalutazioni dei crediti compresi nell'attivo	

Dettaglio voci attività editoriale

Vendita copie 3.430.000
Publicità 717.000 di cui diretta 19.000 e Concessionaria 698.000
Ricavi da editoria on line 1.070.000 di cui Abbonamenti 708.000 e Pubblicità 362.000
Ricavi da altra attività editoriale 1.605.000
Totale 6.822.000

IL LIQUIDATORE
Lorenzo Costa



Mediasei S.r.l.

Soggetta all'attività di direzione e coordinamento di Società Editrice Italiana S.p.A. - Sede legale e amministrativa – Via Vittor Pisani, 28 – 20124 Milano
Cap. Soc. Euro100.000 i.v. - C.F. e P.IVA 12677020963 - Tel +39 0282197516 - Reg. Imp. Milano 12677020963 – REA MI-2677532
Pubblicazione bilancio al 31/12/2023 - ai sensi dell'art. 9 della delibera 129/02/CONS dell'Autorità per le garanzie nelle comunicazioni

Stato patrimoniale

31/12/2023	31/12/2023
Attivo	Passivo
B) Immobilizzazioni	A) Patrimonio netto
I - Immobilizzazioni immateriali	I - Capitale 100.000
1) costi di impianto e di ampliamento 2.651	VI - Altre riserve, distintamente indicate
4) concessioni, licenze, marchi e diritti simili 35.265	Varie altre riserve (1) ¹
7) altre 4.248	Totale altre riserve (1)
Totale immobilizzazioni immateriali 42.164	IX - Utile (perdita) dell'esercizio 62.523
II - Immobilizzazioni materiali	Totale patrimonio netto 162.522
4) altri beni 553	C) Trattamento di fine rapporto di lavoro subordinato 63.046
Totale immobilizzazioni materiali 553	D) Debiti
Totale immobilizzazioni (B) 42.717	4) debiti verso banche
C) Attivo circolante	esigibili entro l'esercizio successivo 468
II - Crediti	Totale debiti verso banche 468
1) verso clienti	7) debiti verso fornitori
esigibili entro l'esercizio successivo 6.262.940	esigibili entro l'esercizio successivo 541.878
Totale crediti verso clienti 6.262.940	Totale debiti verso fornitori 541.878
4) verso controllanti	11) debiti verso controllanti
esigibili entro l'esercizio successivo 51.409	esigibili entro l'esercizio successivo 2.697.889
Totale crediti verso controllanti 51.409	Totale debiti verso controllanti 2.697.889
5) verso imprese sottoposte al controllo delle controllanti	11-bis) debiti verso imprese sottoposte al controllo
esigibili entro l'esercizio successivo 685.726	delle controllanti
Totale crediti verso imprese sottoposte	esigibili entro l'esercizio successivo 3.423.396
al controllo delle controllanti 685.726	Totale debiti verso imprese sottoposte
5-bis) crediti tributari	al controllo delle controllanti 3.423.396
esigibili entro l'esercizio successivo 289	12) debiti tributari
Totale crediti tributari 289	esigibili entro l'esercizio successivo 316.782
5-quater) verso altri	Totale debiti tributari 316.782
esigibili entro l'esercizio successivo 115.615	13) debiti verso istituti di previdenza e di sicurezza sociale
Totale crediti verso altri 115.615	esigibili entro l'esercizio successivo 109.160
Totale crediti 7.115.979	Totale debiti verso istituti di previdenza
IV - Disponibilità liquide	e di sicurezza sociale 109.160
1) depositi bancari e postali 325.878	14) altri debiti
3) danaro e valori in cassa 35	esigibili entro l'esercizio successivo 83.438
Totale disponibilità liquide 325.913	Totale altri debiti 83.438
Totale attivo circolante (C) 7.441.892	Totale debiti 7.173.011
D) Ratei e risconti 26.893	E) Ratei e risconti 112.923
Totale attivo 7.511.502	Totale passivo 7.511.502

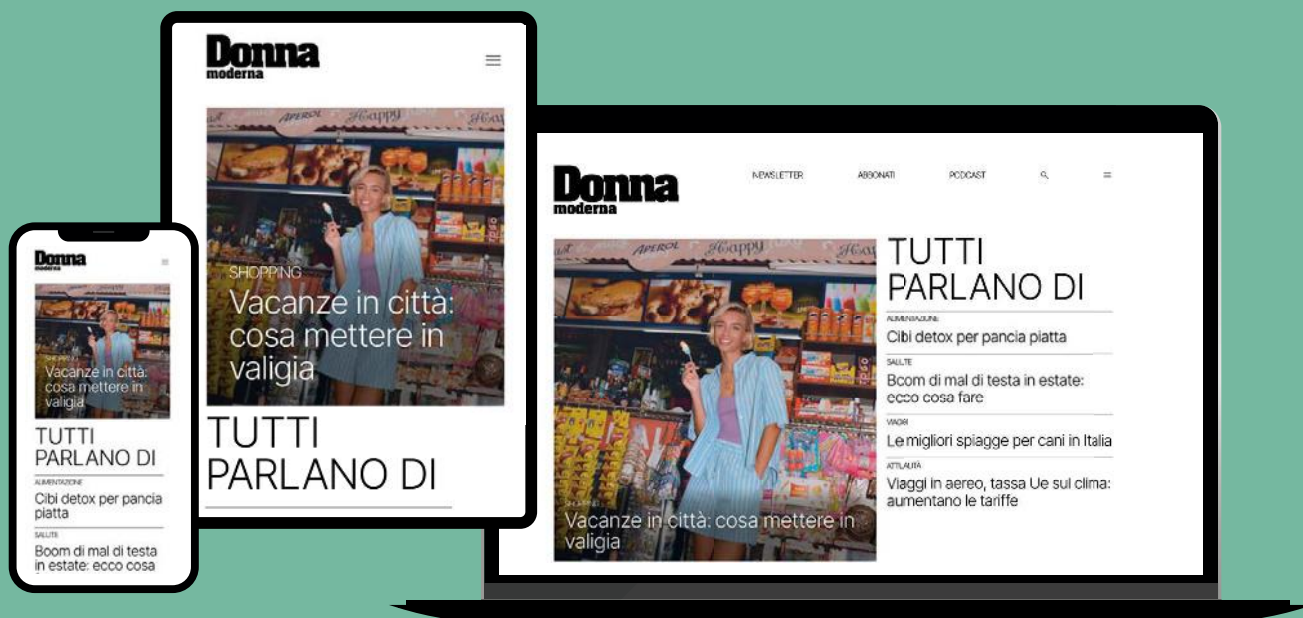
Dettaglio voci attività editoriale

Ricavi raccolta pubblicitaria 9.730.000 di cui Digitale 2.153.000 e Stampa 7.576.000
Ricavi da altra attività 1.036.000
Totale 10.766.000

Conto economico

31/12/2023
A) Valore della produzione
1) ricavi delle vendite e delle prestazioni 10.093.657
5) altri ricavi e proventi
altri 672.478
Totale altri ricavi e proventi 672.478
Totale valore della produzione 10.766.135
B) Costi della produzione
7) per servizi 9.345.367
9) per il personale
a) salari e stipendi 947.938
b) oneri sociali 287.232
c) trattamento di fine rapporto 60.002
Totale costi per il personale 1.295.172
10) ammortamenti e svalutazioni
a) ammortamento delle immobilizzazioni immateriali 10.541
b) ammortamento delle immobilizzazioni materiali 2.298
d) svalutazioni dei crediti compresi nell'attivo circolante e delle disponibilità liquide 7493
Totale ammortamenti e svalutazioni 20.332
14) oneri diversi di gestione 4.687
Totale costi della produzione 10.665.558
Differenza tra valore e costi della produzione (A - B) 100.577
C) Proventi e oneri finanziari
16) altri proventi finanziari
d) proventi diversi dai precedenti
altri 2
Totale proventi diversi dai precedenti 2
Totale altri proventi finanziari 2
17) interessi e altri oneri finanziari
altri 378
Totale interessi e altri oneri finanziari 378
Totale proventi e oneri finanziari (15 + 16 - 17 + - 17-bis) (376)
Risultato prima delle imposte (A - B + - C + - D) 100.201
20) Imposte sul reddito dell'esercizio, correnti, differite e anticipate
imposte correnti 11.292
proventi (oneri) da adesione al regime di consolidato fiscale / trasparenza fiscale (26.386)
Totale delle imposte sul reddito dell'esercizio, correnti, differite e anticipate 37.678
21) Utile (perdita) dell'esercizio 62.523

visita il NUOVO SITO di **Donna** moderna



Per essere sempre informata e aggiornata sui temi che ti interessano: attualità, lavoro, scuola, diritti e salute.

Per scoprire le ultime tendenze moda e organizzare il tuo tempo libero.

SIAMO SEMPRE DALLA TUA PARTE!

www.donnamoderna.com



Periodici

I magnifici 7

DA STAPPARE SUBITO

di Monica Pilotto

Una selezione di bottiglie eccellenti, prodotte nel rispetto dell'ambiente, del paesaggio e della biodiversità del terroir, sempre in equilibrio tra valorizzazione delle tradizioni e sguardo attento al futuro



Cartizze Valdobbiadene Superiore Docg Dry Andreola

Proviene dai vigneti della più esclusiva e vocata località che possiede tutti i requisiti per ottenere spumanti di alto lignaggio, questo Cartizze da uve Glera, ha un bouquet di buccia e canditi di cedro e limone, fiore d'acacia, mela e pesca. È il compagno ideale di ogni dessert (€35).

Elektron Igp Calabria Orange 2023 - Acroneo

Francesco Bafaro, patron della cantina, ha dedicato la sua passione per l'archeologia e l'enologia alla salvaguardia della biodiversità delle viticole autoctone di Aciri, in Calabria. Le uve Greco Bianco biologiche maturano in anfora interrata per 5 mesi e danno vita a un vino ottimo come aperitivo, da servire con fritti, formaggi stagionati e pasticceria (€ 40).



Pugnitello Toscana Igt 2021 San Felice

Prende il nome da un antico vitigno autoctono toscano destinato all'estinzione, il nettare di Bacco rosso rubino fermentato in botti di rovere da 225 litri per 18-20 mesi. Questa versione in purezza ha caratteristiche di morbidezza e carnosità. Servitelo a 18° con primi piatti al ragù di carne e arrostiti di carni bianche (€ 48).

Valle d'Aosta Doc Donna's Grosjean

La cantina valdostana è una storica realtà enoica che coniuga tradizione, inventiva e innovazione. Da uve Nebbiolo Picotendro, è un rosso rubino affinato in tonneau da 500 litri, al palato morbido e vellutato con buona tannicità, speziato e persistente, da abbinare a carne e formaggi stagionati (€ 32,50).

Valdobbiadene Prosecco Superiore Docg - La Tordera

Il Prosecco Superiore "Paolo Vettoretti" sfida il tempo dimostrando il potenziale evolutivo e la versatilità. Nella proprietà a Cartizze vivono 130 viti ultracentenarie, da queste e da uve Glera in purezza nasce il Prosecco dalle bollicine fini e persistenti, piacevolmente sapido che ben si abbina a ostriche, ricci di mare, gamberi e tartare di pesce (€ 16).

Langhe Doc Nebbiolo Claré J.C. 2023 - G.D. Vajra

Nella sua veste più leggera, fresca e morbida, il Nebbiolo in purezza è prodotto ispirandosi all'antico metodo di vinificazione utilizzato in Piemonte nel XVII secolo. Il vino è imbottigliato subito dopo la fermentazione, ha profumo delicato e un accenno pétillant (€ 16).

Il Classico Rosé Brut Lungoparma

Vino top del marchio, questo spumante è frutto di un'attenta ricerca e scrupolosa maturazione del grappolo; composto da uve selezionate 80% Pinot Nero e 20% Chardonnay, il Classico Rosé riflette l'essenza del territorio dell'Emilia Romagna, da cui provengono le uve. Prodotto con Metodo Classico, tecnica tradizionale che esalta la qualità e l'eleganza dei vini spumanti, il risultato è un vino dal bouquet fruttato con sentori di fragola, melagrana e frutti di bosco arricchiti da note minerali; al palato è ricco, cremoso e vivace, con perlage fine e persistente. Stappatelo a 6-8° e servitelo a tutto pasto (€ 29).

nel numero di ottobre



Come possiamo dire che un piatto è salato, dolce, acido, amaro, piccante o, più di recente, umami? Come sentiamo i GUSTI? Come si sono evoluti nella nostra percezione? Ce lo siamo fatti raccontare da due esperti, mentre noi abbiamo preparato delle ricette che esaltano i diversi sapori. E poi – sempre in tema di sensi – abbiamo pensato a profumatissimi PRIMI CON I PORCINI, a CARNI succulente da abbinare a ROSSI INTENSI e alle fragranti DOLCEZZE del NORD EUROPA.

sale&pepe

Stile Italia Edizioni

settembre 2024

DIRETTORE EDITORIALE
Maurizio Belpietro

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano - laura.maragliano@stileitaliaedizioni.it

REDAZIONE
Livia Fagetti CAPOREDATTORE - livia.fagetti@stileitaliaedizioni.it
Enza Dalessandri CAPOREDATTORE - enza.dalessandri@stileitaliaedizioni.it
Lisa Bernardinello CAPOREDATTORE - lisa.bernardinello@stileitaliaedizioni.it
Cristiana Cassé CAPOSERVIZIO - cristiana.casse@stileitaliaedizioni.it
Monica Pilotto VICECAPOSERVIZIO - monica.pilotto@stileitaliaedizioni.it
Silvia Bombelli - silvia.bombelli@stileitaliaedizioni.it
Daniela Falsitta - daniela.falsitta@stileitaliaedizioni.it
Ivana Novelli - ivana.novelli@stileitaliaedizioni.it
Marina Pozzoli - marina.pozzoli@stileitaliaedizioni.it
Andrea Truzzi - andrea.truzzi@stileitaliaedizioni.it
Silvia Viganò - silvia.vigano@stileitaliaedizioni.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi RESPONSABILE - cinzia.campi@stileitaliaedizioni.it
ICONOGRAFICO
Paolo Riosa - paolo.riosa@stileitaliaedizioni.it

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO Alkémia, Alessandra Avallone, Carlo Cambi, Daniele Cernilli, Claudia Compagni, Gian Marco Folcolini, Riccardo Lagorio, Martina Liverani, Paola Mancuso, Riccardo Mantovani, Francesca Moscheni, Ambra Poli, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Francesca Salvemini, Felice Scoccimarro, Enrico Serravalle, Laura Spinelli, Luciana Squadrilli, Michele Tabozzi, Elena Tettamanzi

SOCIETÀ EDITRICE: Stile Italia Edizioni Srl società in liquidazione
- Via Vittor Pisani, 28, 20124 – Milano (MI)
Liquidatore: Lorenzo Costa

Registrazione del Tribunale di Milano - Numero 464 del 8/9/1986
PUBBLICITÀ: Mediasei srl a socio unico - Via Vittor Pisani, 28
20124 – Milano, adv@mediasei.it +39 0282197516

DISTRIBUZIONE: Press-Di srl - Via Mondadori, 1
- 20090 Segrate (MI) fax 045.8884378

STAMPA: Puntoweb srl - Via Variante di Cancelleria snc - 00040 Ariccia (Roma)

REDAZIONE: Via Vittor Pisani, 28 – 20124 Milano

ABBONAMENTI: È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite il sito www.abbonamenti.it/sie E-mail: info.abbonamenti@directchannel.it Telefono dall'Italia: 02 4957 2008
Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 19

ARRETRATI: A cura di Press-Di Distribuzione Stampa e Multimedia S.r.l. - 20090 Segrate (MI). Le edicole e i privati potranno richiedere le copie degli arretrati tramite email agli indirizzi collez@mondadori.it e arretrati@mondadori.it e accedendo al sito <https://arretrati.pressdi.it>

Regolamento Europeo 2016/679

Il titolare del trattamento dei dati personali utilizzati è Stile Italia Edizioni S.r.l.

Gli interessati possono esercitare i diritti previsti dal citato Regolamento EU 2016/679 inviando email all'indirizzo: privacy@laverita.info (oppure web@stileitaliaedizioni.it)

Ti invitiamo a consultare l'informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'articolo 14 del GDPR che, conformemente all'articolo 14 paragrafo 5 lettera b) del GDPR, è resa disponibile al link <https://stileitaliaedizioni.it/privacy-policy>



Accertamento n. 35 - Certificato n. 9229
rilasciato il giorno 08/03/2023
Rilasciato a Editore Stile Italia Edizioni S.r.l.

indirizzi

• ARIELLA COLORIFICIO, ariellacolorificio.com

• B.D. BAGGIES, bdbaggies.com

• BIPOD, bipod.it

• BOSCH DA QVC, qvc.it

• C&C MILANO, cec-milano.it

• CARLO MORETTI, shop.carlomoretti.com

• ETSY, etsy.com

• FIORIRÀ UN GIARDINO, fioriràungiardino.com

• FLOR UP, florup.it

• FOODSAVER, foodsaaveritalia.it

• FRANCESCA REITANO CERAMICA, francescareitano.com

• H.KOENIG, it.hkoenig.com

• HAIER, haierspares.eu su amazon.it

• HUE TABLE STORIES, huetablestories.com

• JVSTORE, JANNELLI&VOLPI, jannellievolti.it

• KITCHENAID, kitchenaid.it

• L'ARTE NEL POZZO, artenelpozzo.it

• LAICA, laica.it

• SMEG, smeg.com

• STEELITE DISTR. DA F.S.G. ITALIA, fsg-italia.it

• TESCOMA, tescomonline.com

• THE CONRAN SHOP, theconranshop.com

• YAKINIKU, DISTR. DA SCHOENHUBER, schoenhuber.com

• ZWILLING, zwilling.com

in edicola dal 25 settembre

**FELICE DI STARE CON TE!
PER UN'ESTATE RICCA DI SAPORE.**

*Provatmi anche
— senza lattosio —*

**Prodotto
in Puglia**

Burrè®
Naturalmente Burro

Burrè, è un ingrediente straordinario che può trasformare qualsiasi ricetta in un qualcosa di delizioso e ricco di sapore, grazie alla sua bontà e i benefici. Burrè è una fonte naturale di grassi buoni, come l'acido grasso Omega-3, che possono contribuire a una dieta equilibrata, inoltre è ricco di vitamine A, E, K.

Burrè è prodotto naturalmente in Puglia da ARRE FORMAGGI | Turi (Ba)



BURROBURRE.IT



Scegliere Grana Padano significa abbracciare i valori italiani.

I luoghi dove nasce, la maestria dei casari, le tradizioni, l'allegria a tavola,
l'amore per la cultura, il benessere e la passione.
È il gusto italiano che ha fatto innamorare il mondo.
Un'emozione da condividere.



Un'emozione italiana.

IL FORMAGGIO DOP PIÙ CONSUMATO AL MONDO.

